

**REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SUKU BATAK TOBA  
DAN SUKU JAWA**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area*

**Oleh :**

**MUDRIKAH**

**13.860.0267**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**2017**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**JUDUL SKRIPSI** : REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SUKU  
BATAK TOBA DAN SUKU JAWA

**NAMA MAHASISWA** : MUDRIKAH

**NO. STAMBUK** : 13.860.0267

**BAGIAN** : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN



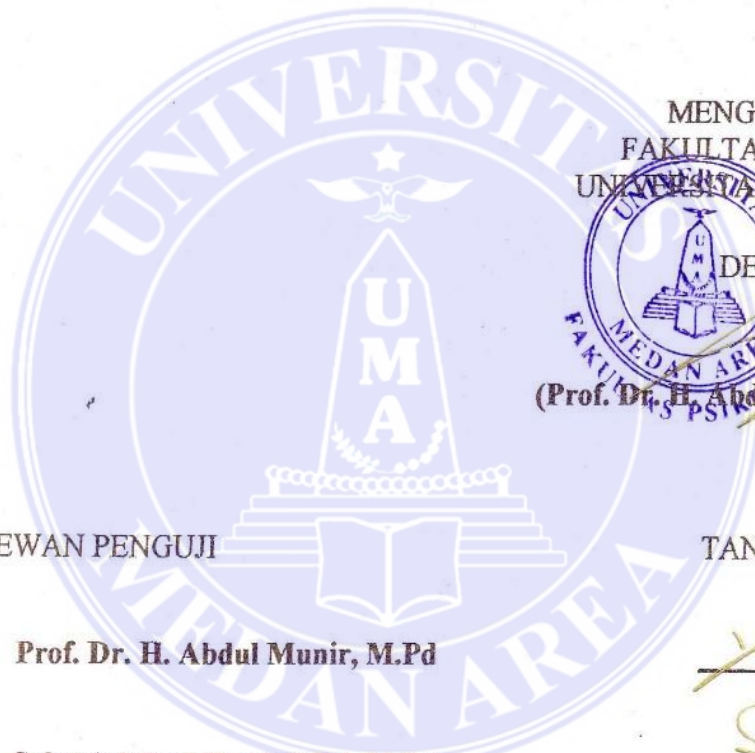
**Tanggal Lulus :**

**30 OKTOBER 2017**

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN  
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI**

Pada Tanggal

**30 OKTOBER 2017**



MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA



(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)

DEWAN PENGUJI

1. Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd
2. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi
3. Dr. Nefi Darmayanti, MSi
4. Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi

TANDA TANGAN

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 31 Agustus 2017



Mudrikah

13 860 0267

**EMOTION REGULATION REVIEWED FROM THE TOBA TRAVEL  
AND JAVANESE ETHNIC**

MUDRIKAH

13.860.0267

**ABSTRACT**

This study aims to determine and test empirically about differences in emotional regulation of Toba Batak adolescents and Javanese youth. Emotional regulation is the ability to control, whether consciously or unconsciously on emotions that arise or hinder inappropriate behavior to raise, maintain, control and decrease emotion so as to affect the feelings, behaviors, and physiological responses. The subjects in this study are two groups a total sample of 93 respondents, with details of 45 Toba Batak adolescents and 48 juvenile Javanese. The measuring instrument used to measure the emotional regulation in this study is an emotional regulation scale consisting of 56 items ( $\alpha = 0.927$ ). Data analysis method used in this research is T-Test Analysis technique, where with this technique will be seen how the difference of emotion regulation of Toba Batak adolescents and Javanese teenagers. Based on the data analysis, the hypothesis proposed in this research is accepted, is there are differences in emotional regulation of Toba Batak adolescents and Javanese. This is evidenced through the calculation of T-test test analysis This is shown by the coefficient of difference  $t = - 19.738$  with  $p < 0.05$ . Known from the calculation of the hypothetical mean = 117.5 and the empirical mean = 107.62, and the standard deviation = 10,062, it is known that the regulation of teenage emotion of Batak Toba tribe is low. While juvenile emotional regulation of Javanese mean hypothetical mean = 117.5 and empirical mean 154,67 and standard deviation = 12,677 known that regulation of teenage emotion of Javanese high tribe.

**Keywords:** Emotional Regulation, Toba Batak Tribe, Javanese Tribe, Teenagers

# REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SUKU BATAK TOBA DAN SUKU JAWA

MUDRIKAH

13.860.0267

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris tentang perbedaan regulasi emosi remaja suku Batak Toba dan remaja suku Jawa. Regulasi Emosi adalah kemampuan untuk mengontrol, baik secara sadar ataupun tidak sadar pada emosi yang timbul atau menghalangi perilaku yang tidak tepat untuk menaikkan, memelihara, mengontrol dan menurunkan emosi sehingga berpengaruh pada perasaan, perilaku, dan respon fisiologis. Subjek pada penelitian ini adalah dua kelompok sampel yang secara keseluruhan berjumlah 93 responden, dengan perincian 45 remaja Batak Toba dan 48 remaja suku Jawa. Alat ukur yang dipakai untuk mengukur regulasi emosi dalam penelitian ini adalah Skala regulasi emosi yang terdiri dari 56 item ( $\alpha = 0.927$ ). Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Analisis T-test, dimana dengan teknik ini akan dilihat bagaimana perbedaan regulasi emosi remaja suku Batak Toba dan remaja suku Jawa. Berdasarkan analisis data, bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima, yaitu ada perbedaan regulasi emosi remaja suku Batak Toba dan suku Jawa. Hal ini dibuktikan melalui perhitungan analisis uji *T-test*. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien perbedaan  $t = -19,738$  dengan  $p < 0,05$ . Diketahui dari perhitungan mean hipotetik = 117,5 dan mean empirik = 107,62, serta standart deviasi = 10,062 diketahui bahwa regulasi emosi remaja suku Batak Toba rendah. Sedangkan regulasi emosi remaja suku Jawa mean hipotetik = 117,5 dan mean empirik 154,67 serta standart deviasi = 12,677 diketahui bahwa regulasi emosi remaja suku Jawa tinggi.

**Kata kunci :** Regulasi Emosi, Suku Batak Toba, Suku Jawa, Remaja

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Alhamdulillah wasyukurillah kehadiran Allah SWT, Sang Maha Pencipta, yang telah melimpahkan Rahmat, Hidayah serta Inayah-Nya sehingga dengan izinnya skripsi (karya ilmiah) dengan judul: “Regulasi Emosi Ditinjau dari suku Batak Toba dan suku jawa” ini dapat diselesaikan. Tidak lupa shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi penuntun setiap ummat manusia dalam menempuh dan meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Adapun maksud dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagian tugas dan syarat guna memperoleh gelar S-1 pada jurusan Psikologi. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Sebab penulis sadar tanpa bantuan tersebut, penulisan ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Untuk itulah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area Bapak Prof. Dr. H. Ali.
2. Bapak Prof. Dr. H. A. Ya'kub Matondang, MA, selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dan juga selaku ketua sidang meja hijau.
4. Ibu Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi, selaku sekretaris pada sidang meja hijau. Terima kasih atas kesediaan waktunya dan saran-sarannya untuk peneliti agar karya tulis ini menjadi lebih baik.

5. Ibu Dr.Nefi Damayanti, M.Si selaku dosen pembimbing I, yang telah banyak membantu, mengarahkan serta memberikan bimbingan, memberikan ilmu dan memberikan motivasi bagi saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Laili Alfita, S.Psi., MM., M.Psi., selaku dosen Pembimbing II yang selalu sabar membimbing, banyak memberikan nasehat, bimbingan ilmu, dan juga dukungan yang sangat luar biasa serta memberikan motivasi untuk terus berjuang hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
7. Bapak Hairul Anwar Dalimunte, S.Psi,M.Psi, selaku dosen tamu yang telah memberikan banyak masukan dan saran bagi peneliti.
8. Ibu Kepala SMA Swasta Dwitunggal Tanjung Morawa, Tri Setiawati, S.Pd.MM, para guru kelas yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, serta para siswa-siswi yang telah membantu saya dengan tulus berpartisipasi hingga penelitian ini selesai.
9. Teristimewa kepada kedua orang tuaku tersayang yang ada di sisi ALLAH SWT. Terimakasih telah menjadi orang tua terhebat dalam hidupku. Semoga mama dan papa bangga melihat anaknya ini akan meraih cita-cita.
10. Ibuku Tercinta Sapta Dasa Gustina,S.Pd, M.Pd, yang merupakan ibu terhebat yang senantiasa mencurahkan kasih sayangnya setulus hati, memberikan nasehat dan motivasi yang tiada tandingnya, serta tak pernah lelah mendukung dan mendoakan peneliti hingga berada di puncak teratas dalam pendidikan saat ini dan Oomku Junedi,SE,MM, yang selalu bersedia mendukung peneliti secara moril dan materil serta nasehat yang baik untuk kesuksesan pendidikan S1 yang peneliti jalani hingga saat ini.



11. Nenekku yang kucintai dan kusayangi Siti Aisjah (Nek'u), yang merupakan nenek terbaik dalam hidupku. Yang selalu menjagaku, mengasihiku hingga mendoakan ku agar menjadi orang berguna untuk agama dan keluarga.
12. Bundaku Susilawati, S.Kep yang merupakan bunda terbaik yang selalu mendampingi peneliti hingga saat ini.
13. Mami dan Pamanku ( Eliani, Sudharmono, Dewi dan Sujasno), yang selalu membantu dan memberikan nasehat dalam terselesaikannya Skripsi ini.
14. Adik-adik ku tersayang Serda Handaka Sutryatna, Gusdi Al Rizkan, Rifni Kaylan Dita, Rafa Aldandi, Agneta Zalfa yang selalu memberikan semangat kepada peneliti.
15. Adikku yang paling Tercantik Nisa Suyanto Calon Sarjana Psikologi yang selalu memberikan semangat serta memberikan waktu berharganya hanya untuk meringankan, memudahkan terselesaikannya skripsi ini. Serta adikku Bripda Nurbaiti dan Yana Sadila yang senantiasa memberikan doa.
16. Buat yang teristimewa, yang selalu mendampingi, menguatkan, memotivasi, dan memberikan solusi dalam setiap kesulitan.
17. Buat saudaraku yang setiap harinya tidak pernah lelah membantu, memberikan semangat dan berbagi keluh kesah kepada peneliti, Siti Dhearni Sinaga dan Icha Zebua.
18. Buat Ibu Kos dan teman-teman Kos 37 yang sudah setia memberikan suport dan setia selama kurang lebih 4 tahun peneliti tinggal di kos.
19. Buat Keluargaku Organisasi Teater-U/Temasi di kampus yang telah memberikan banyak ilmu serta motivasi yang berguna bagi peneliti.

20. Buat teman-teman seperjuanganku sekaligus sahabat terhebat di kampus yang selalu membantu, mendampingi dan memberikan tawa saat suka dan duka, Putri Syntia Utami, Yolanda Azizah Putri, Harnita Sari Ginting, Harly Yoviana Putri, Eva Susanti, Samuel Hutagaol, Arif Winanda, David Leonel Sandiego S, Billya Incu, Irma Suryani. terimakasih atas semua bantuan dan suport dari kalian.
21. Buat seluruh teman-teman Stambuk 2013 terimakasih telah membantu dan memberikan motivasi, dan terkhusus kelas D'13, Imam (komting), Okki, Bang Vicky, Basirun/ahok, R Arif, Rani, Shintia, Ivo Lingga, Kak Indah, Putri Husnah, Windah, Siska, Kak Shinta, dan Almh. Esra Lumban Tobing.
22. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi, Biro Psikologi UMA dan para dosen yang tidak pernah lelah memberikan inspirasi kepada kami.

Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, semoga Allah membalas semua kebaikan yang tertoreh dengan pencapaian impian kebahagiaan dunia dan akhirat. Amin.

Akhir kata peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang telah membantu dan memberikan saran, masukan kepada peneliti. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 31 Agustus 2017

Penulis

Mudrikah

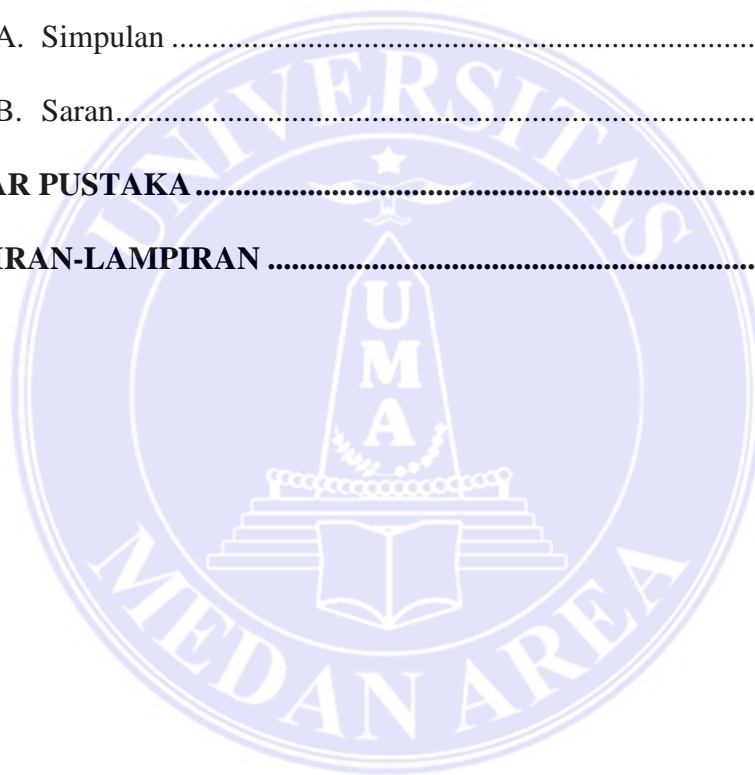
## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>MOTTO</b> .....	iv
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTARLAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan Penelitian .....	11
F. Manfaat Penelitian .....	11
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>13</b>
1. Remaja.....	13
2. Pengertian Remaja .....	13

3. Ciri-Ciri Masa Remaja .....	14
4. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja.....	15
5. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja.....	16
6. Karakteristik Emosi pada Remaja.....	17
A. Regulasi Emosi .....	19
1. Pengertian Emosi .....	19
2. Macam-Macam Emosi .....	20
3. Pengertian Regulasi Emosi .....	21
4. Ciri-ciri Regulasi Emosi.....	22
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	23
6. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	26
7. Strategi Regulasi Emosi .....	28
B. Budaya.....	29
1. Pengertian Budaya .....	29
2. Suku Batak Toba.....	30
a. Latar Belakang Kesukuan .....	30
b. Nilai Budaya Batak Toba .....	32
c. Sistem Hubungan Sosial Batak Toba.....	32
3. Ciri-ciri Suku Batak Toba .....	34
4. Stereotip Batak Toba.....	34
5. Suku Jawa .....	35
a. Latar Belakang Kesukuan .....	35
b. Nilai Budaya Jawa.....	35

6. Ciri-ciri Suku Jawa.....	37
7. Stereotaip Suku Jawa .....	38
C. Perbedaan Regulasi Emosi Remaja Ditinjau Dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa .....	38
D. Kerangka Konseptual .....	43
E. Hipotesis.....	43
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>44</b>
A. Tipe Penelitian .....	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	44
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
D. Subjek Penelitian.....	46
1. Populasi.....	41
2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	47
E. Teknik Pengumpulan Data.....	47
F. Analisis Data .....	49
G. Metode Analisis Data.....	52
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>54</b>
A. Orientasi Kancha Penelitian.....	54
1. Profil Sekolah .....	54
2. Latar Belakang Pendidikan.....	55
3. Visi dan Misi .....	56
4. Fasilitas Sekolah.....	57
B. Persiapan Penelitian .....	58

1. Persiapan Administrasi.....	58
2. Persiapan Alat Ukur .....	59
C. Pelaksanaan Penelitian .....	60
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	64
E. Pembahasan.....	69
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>74</b>
A. Simpulan .....	74
B. Saran.....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>81</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Butir Skala Regulasi Emosi Sebelum Uji Coba.....	60
Tabel 2. Distribusi Butir Skala Regulasi Emosi Setelah Uji Coba .....	63
Tabel 3. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	64
Tabel 4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians.....	65
Tabel 5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji T ( <i>t-test</i> ) .....	66
Tabel 6. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik Secara Umum.....	68
Tabel 7. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A : Data Mentah Regulasi Emosi.....	81
Data Uji Coba Remaja Suku Batak Toba dan Remaja Suku Jawa.....	87
LAMPIRAN B : Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	92
LAMPIRAN C : Analisis Data.....	98
Uji Normalitas.....	99
Uji Homogenitas.....	106
Uji T-test.....	108
LAMPIRAN D : Skala Regulasi Emosi.....	110
LAMPIRAN E : Surat Keterangan Bukti Penelitian.....	115



## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Alhamdulillah wasyukurillah kehadiran Allah SWT, Sang Maha Pencipta, yang telah melimpahkan Rahmat, Hidayah serta Inayah-Nya sehingga dengan izinnya skripsi (karya ilmiah) dengan judul: “Regulasi Emosi Ditinjau dari suku Batak Toba dan suku jawa” ini dapat diselesaikan. Tidak lupa shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi penuntun setiap ummat manusia dalam menempuh dan meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Adapun maksud dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagian tugas dan syarat guna memperoleh gelar S-1 pada jurusan Psikologi. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Sebab penulis sadar tanpa bantuan tersebut, penulisan ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Untuk itulah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area Bapak Prof. Dr. H. Ali.
2. Bapak Prof. Dr. H. A. Ya'kub Matondang, MA, selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dan juga selaku ketua sidang meja hijau.
4. Ibu Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi, selaku sekretaris pada sidang meja hijau. Terima kasih atas kesediaan waktunya dan saran-sarannya untuk peneliti agar karya tulis ini menjadi lebih baik.

5. Ibu Dr.Nefi Damayanti, M.Si selaku dosen pembimbing I, yang telah banyak membantu, mengarahkan serta memberikan bimbingan, memberikan ilmu dan memberikan motivasi bagi saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Laili Alfita, S.Psi., MM., M.Psi., selaku dosen Pembimbing II yang selalu sabar membimbing, banyak memberikan nasehat, bimbingan ilmu, dan juga dukungan yang sangat luar biasa serta memberikan motivasi untuk terus berjuang hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
7. Bapak Hairul Anwar Dalimunte, S.Psi,M.Psi, selaku dosen tamu yang telah memberikan banyak masukan dan saran bagi peneliti.
8. Ibu Kepala SMA Swasta Dwitunggal Tanjung Morawa, Tri Setiawati, S.Pd.MM, para guru kelas yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, serta para siswa-siswi yang telah membantu saya dengan tulus berpartisipasi hingga penelitian ini selesai.
9. Teristimewa kepada kedua orang tuaku tersayang yang ada di sisi ALLAH SWT. Terimakasih telah menjadi orang tua terhebat dalam hidupku. Semoga mama dan papa bangga melihat anaknya ini akan meraih cita-cita.
10. Ibuku Tercinta Sapta Dasa Gustina,S.Pd, M.Pd, yang merupakan ibu terhebat yang senantiasa mencurahkan kasih sayangnya setulus hati, memberikan nasehat dan motivasi yang tiada tandingnya, serta tak pernah lelah mendukung dan mendoakan peneliti hingga berada di puncak teratas dalam pendidikan saat ini dan Oomku Junedi,SE,MM, yang selalu bersedia mendukung peneliti secara moril dan materil serta nasehat yang baik untuk kesuksesan pendidikan S1 yang peneliti jalani hingga saat ini.

11. Nenekku yang kucintai dan kusayangi Siti Aisjah (Nek'u), yang merupakan nenek terbaik dalam hidupku. Yang selalu menjagaku, mengasihiku hingga mendoakan ku agar menjadi orang berguna untuk agama dan keluarga.
12. Bundaku Susilawati, S.Kep yang merupakan bunda terbaik yang selalu mendampingi peneliti hingga saat ini.
13. Mami dan Pamanku ( Eliani, Sudharmono, Dewi dan Sujasno), yang selalu membantu dan memberikan nasehat dalam terselesaikannya Skripsi ini.
14. Adik-adik ku tersayang Serda Handaka Sutryatna, Gusdi Al Rizkan, Rifni Kaylan Dita, Rafa Aldandi, Agneta Zalfa yang selalu memberikan semangat kepada peneliti.
15. Adikku yang paling Tercantik Nisa Suyanto Calon Sarjana Psikologi yang selalu memberikan semangat serta memberikan waktu berharganya hanya untuk meringankan, memudahkan terselesaikannya skripsi ini. Serta adikku Bripda Nurbaiti dan Yana Sadila yang senantiasa memberikan doa.
16. Buat yang teristimewa, yang selalu mendampingi, menguatkan, memotivasi, dan memberikan solusi dalam setiap kesulitan.
17. Buat saudaraku yang setiap harinya tidak pernah lelah membantu, memberikan semangat dan berbagi keluh kesah kepada peneliti, Siti Dhearni Sinaga dan Icha Zebua.
18. Buat Ibu Kos dan teman-teman Kos 37 yang sudah setia memberikan suport dan setia selama kurang lebih 4 tahun peneliti tinggal di kos.
19. Buat Keluargaku Organisasi Teater-U/Temasi di kampus yang telah memberikan banyak ilmu serta motivasi yang berguna bagi peneliti.

20. Buat teman-teman seperjuanganku sekaligus sahabat terhebat di kampus yang selalu membantu, mendampingi dan memberikan tawa saat suka dan duka, Putri Syntia Utami, Yolanda Azizah Putri, Harnita Sari Ginting, Harly Yoviana Putri, Eva Susanti, Samuel Hutagaol, Arif Winanda, David Leonel Sandiego S, Billya Incu, Irma Suryani. terimakasih atas semua bantuan dan suport dari kalian.
21. Buat seluruh teman-teman Stambuk 2013 terimakasih telah membantu dan memberikan motivasi, dan terkhusus kelas D'13, Imam (komting), Okki, Bang Vicky, Basirun/ahok, R Arif, Rani, Shintia, Ivo Lingga, Kak Indah, Putri Husnah, Windah, Siska, Kak Shinta, dan Almh. Esra Lumban Tobing.
22. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi, Biro Psikologi UMA dan para dosen yang tidak pernah lelah memberikan inspirasi kepada kami.

Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, semoga Allah membalas semua kebaikan yang tertoreh dengan pencapaian impian kebahagiaan dunia dan akhirat. Amin.

Akhir kata peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang telah membantu dan memberikan saran, masukan kepada peneliti. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 31 Agustus 2017

Penulis

Mudrikah

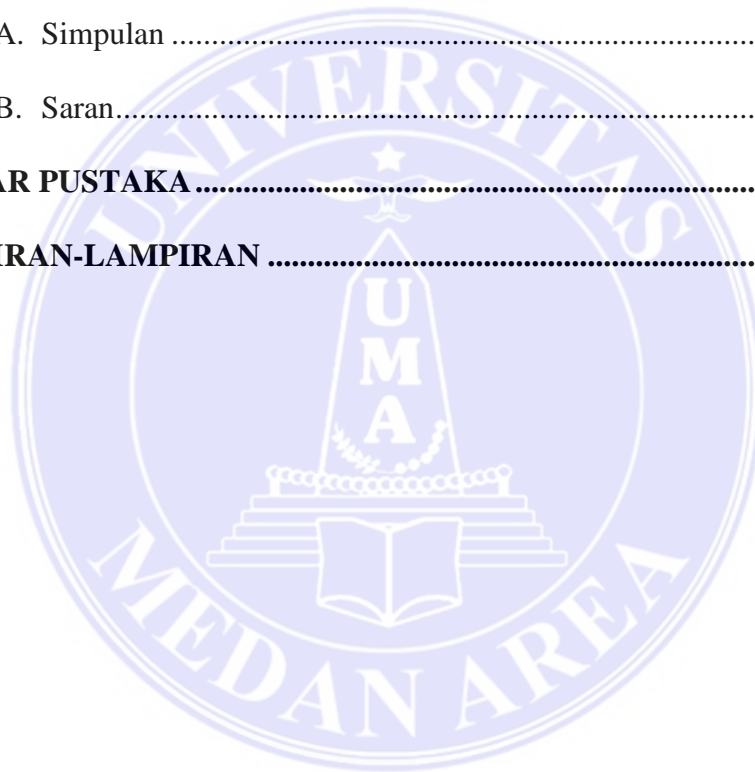
## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>MOTTO</b> .....	iv
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTARLAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan Penelitian .....	11
F. Manfaat Penelitian .....	11
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>13</b>
1. Remaja.....	13
2. Pengertian Remaja .....	13

3. Ciri-Ciri Masa Remaja .....	14
4. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja.....	15
5. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja.....	16
6. Karakteristik Emosi pada Remaja.....	17
A. Regulasi Emosi .....	19
1. Pengertian Emosi .....	19
2. Macam-Macam Emosi .....	20
3. Pengertian Regulasi Emosi .....	21
4. Ciri-ciri Regulasi Emosi.....	22
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	23
6. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	26
7. Strategi Regulasi Emosi .....	28
B. Budaya.....	29
1. Pengertian Budaya .....	29
2. Suku Batak Toba.....	30
a. Latar Belakang Kesukuan .....	30
b. Nilai Budaya Batak Toba.....	32
c. Sistem Hubungan Sosial Batak Toba.....	32
3. Ciri-ciri Suku Batak Toba.....	34
4. Stereotip Batak Toba.....	34
5. Suku Jawa .....	35
a. Latar Belakang Kesukuan .....	35
b. Nilai Budaya Jawa.....	35

6. Ciri-ciri Suku Jawa.....	37
7. Stereotaip Suku Jawa .....	38
C. Perbedaan Regulasi Emosi Remaja Ditinjau Dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa .....	38
D. Kerangka Konseptual .....	43
E. Hipotesis.....	43
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>44</b>
A. Tipe Penelitian .....	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	44
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
D. Subjek Penelitian.....	46
1. Populasi.....	41
2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	47
E. Teknik Pengumpulan Data.....	47
F. Analisis Data .....	49
G. Metode Analisis Data.....	52
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>54</b>
A. Orientasi Kancha Penelitian.....	54
1. Profil Sekolah .....	54
2. Latar Belakang Pendidikan.....	55
3. Visi dan Misi .....	56
4. Fasilitas Sekolah.....	57
B. Persiapan Penelitian .....	58

1. Persiapan Administrasi.....	58
2. Persiapan Alat Ukur .....	59
C. Pelaksanaan Penelitian .....	60
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	64
E. Pembahasan.....	69
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>74</b>
A. Simpulan .....	74
B. Saran.....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>81</b>





## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Butir Skala Regulasi Emosi Sebelum Uji Coba.....	60
Tabel 2. Distribusi Butir Skala Regulasi Emosi Setelah Uji Coba .....	63
Tabel 3. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	64
Tabel 4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians.....	65
Tabel 5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji T ( <i>t-test</i> ) .....	66
Tabel 6. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik Secara Umum.....	68
Tabel 7. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A : Data Mentah Regulasi Emosi.....	81
Data Uji Coba Remaja Suku Batak Toba dan Remaja Suku Jawa.....	87
LAMPIRAN B : Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	92
LAMPIRAN C : Analisis Data.....	98
Uji Normalitas.....	99
Uji Homogenitas.....	106
Uji T-test.....	108
LAMPIRAN D : Skala Regulasi Emosi.....	110
LAMPIRAN E : Surat Keterangan Bukti Penelitian.....	115

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap manusia pasti melalui satu tahapan penting dalam hidupnya, yaitu saat menjadi seorang remaja. Remaja adalah status yang melekat pada diri individu yang telah beranjak dari masa kanak-kanak, namun belum mencapai pada masa dewasa yang ditandai dengan pubertas. Menurut Santrock (2003), batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu masa remaja awal (12 – 15 tahun), masa remaja pertengahan (15 – 18 tahun), dan masa remaja akhir (18 – 21 tahun). Periode ini dikatakan penting, sebab pada saat inilah terjadi transisi dari anak-anak menuju dewasa, dan terjadi perkembangan yang signifikan, baik itu secara psikis maupun fisik.

Dimasa ini adalah masa peralihan yang sangat ekstrim, karena fase ini remaja harus menyesuaikan diri dari fase anak-anak secara fisik dan mental dengan tuntutan perkembangan menuju ke fase dewasa yang terkadang lingkungan tidak dapat mendukung atas kehadiran mereka, belum lagi pola penerimaan budaya timur yang lambat dalam penerimaan fase remaja ini. Mereka menganggap fase ini tetaplah anak-anak yang tidak tahu apa-apa sehingga lingkungan tetap menganggap mereka “anak kemarin sore” yang belum bisa mandiri dalam penentuan sikap hidup mereka. Peneliti menyinggung salah satu SMA swasta di kota Medan salah satunya, yaitu SMA Swasta Dwitunggal Medan,

pada tahapan pendidikan level ini subjek berada pada tahap remaja pada umumnya yaitu berkisar dari umur 15-18 tahun.

Daniel Goleman (2000) mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Selain itu Hurlock (2002) juga mengatakan pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan intensitasnya, khususnya pada latihan pengendalian individu terhadap pengungkapan emosi mereka. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan carayang “meledak-ledak”, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara, dengan suara keras mengkritik orang lain menyebabkannya marah.

Emosi dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu Emosi primer meliputi rasa takut (*fear*), marah (*anger*), sedih (*sadness*), senang (*joy*), terkejut (*surprise*). Jijik (*disgust*), dan sebal (*contempt*). Sedangkan emosi sekunder adalah semua variasi dan campuran berbagai emosi antara satu kebudayaan dengan kebudayaan lainnya serta berkembang secara bertahap sesuai tingkat kedewasaan kognitif (Wade & Tavis, 2008). Disisi lain Gross (2007) menambahkan bahwa regulasi emosi adalah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif.

Kemampuan individu dalam meregulasi emosi menjadi salah satu kekuatan dalam menghadapi lingkungan dan berkomunikasi yang membuat individu tersebut diterima secara sosial. Kemampuan individu dalam mengatur emosi juga akan mendukung individu tersebut menyelesaikan masalah-masalahnya. Emosi yang lebih diharapkan diregulasi adalah emosi negatif yaitu seperti marah, kecewa, sedih, takut dan sebagainya. Regulasi emosi menjadi berkembang sesuai dengan lingkungan sekitar yang membentuknya, baik itu lingkungan rumah dan juga lingkungan sekolah. Terbentuknya regulasi emosi tersebut tidak terlepas juga dari budaya di dalamnya. Individu akan mempelajari pola komunikasi dan ini berhubungan dengan budaya yang hidup disekitar individu tersebut. Seseorang akan mempelajari pola komunikasi dari budaya yang hidup didalamnya. Menurut pandangan evolusioner, regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia menginginkan untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional tidak sesuai dengan situasi saat itu. Sehingga membuat individu melakukan sesuatu atau melakukan apapun (Gross dalam Nisfiannoor & Yuni, 2004).

Adapun penelitian lain menunjukkan faktor usia juga mempengaruhi terbentuknya regulasi emosi. Usia seseorang dihubungkan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi, dimana semakin tinggi usia seseorang semakin baik kemampuan regulasi emosinya. Sehingga dengan bertambahnya usia seseorang menyebabkan ekspresi emosi semakin terkontrol (Maidier dalam Nisfiannoor dan Kartika, 2004).

Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang menurut Krause (dalam Nisfiannoor dan Kartika, 2004) yaitu:usia, jenis kelamin, lingkungan, religiusitas, kepribadian, pola asuh dan budaya. Berdasarkan Penelitian diatas menunjukkan bahwa faktor budaya menjadi salah satu hal yang penting untuk mengetahui cara seseorang tersebut meregulasi emosinya. Dengan kata lain, perbedaan budaya memiliki perasaan penting untuk mengetahui cara seseorang meregulasi emosinya.

Di Indonesia sangatlah lekat dengan budaya yang beraneka ragam yang dikenal dengan lebih dari seribu suku bangsa di dalamnya. Hal ini membuat banyak orang menunjukkan identitas budaya pada suku bangsa yang dianut, lahir dan berkembang di dalam kepribadiannya. Kebudayaan adalah suatu kesatuan dari sikap, perilaku dan simbol-simbol yang dimiliki bersama oleh manusia dan biasanya dikomunikasikan dari satu generasi ke generasi berikutnya (Shirayev & Levy dalam Sarwono, 2014). Keberagaman etnik di Indonesia menghasilkan keberagaman juga dalam sikap dan perilaku yang diturunkan ke masing-masing orang sesuai etnik yang dianutnya. Seseorang yang diajarkan etnik tertentu akan hidup sesuai budaya yang ditanamkan oleh etnik tersebut.

Menurut Koentjaraningrat (2009) suku merupakan sekelompok manusia yang terikat oleh budaya dan kesadaran yang dikuatkan oleh kesatuan bahasa. Hal ini membuat banyak orang menunjukkan identitas budaya pada suku bangsa yang dianut, lahir dan berkembang dalam kepribadiannya. Salah satunya adalah suku Jawa dan suku Batak Toba. Hal ini dapat dilihat dari kekhasan

mereka dalam berkomunikasi, Batak Toba dikenal dengan cara bicara yang keras dan tegas dan Jawa dikenal dengan cara yang halus.

Penelitian yang dilakukan oleh Matsumoto, Nakagawa & Yoo (2008) menunjukkan bahwa budaya yang dianut seseorang dan diterima seseorang dari lingkungan tertentu memiliki perbedaan dalam meregulasi emosi. Penelitian ini mengatakan budaya yang ditanamkan pada Negara yang menekankan pemeliharaan tatanan sosial memiliki skor yang lebih tinggi dalam meregulasi emosi daripada negara yang pemeliharaan ketertiban sosial yang minim, budaya individualisme dan egalitarianisme. Salah satu fungsi budaya yaitu untuk memelihara ketentraman sosial, pedoman dan norma mengenai regulasi emosi karena emosi-emosi menjalankan sebagai motivator utama perilaku dan memiliki fungsi sosial penting (Keltner dkk, dalam Matsumoto, Nakagawa & Yoo 2008).

Berbicara mengenai budaya khususnya di kota Medan terdapat multi budaya dan etnis yang mendiami di kota Medan. Baik yang asli mendiami wilayah Medan sekitar sejak dahulunya dan juga akibat transmigrasi perpindahan penduduk karena kebijakan pemerintah demi pemerataan wilayah dan kesejahteraan yang merata dari tempat yang padat ke tempat yang “longgar”. Mengakibatkan kota Medan menjadi salah satu kota Multi budaya dan etnis. Suku budaya paling banyak di Medan adalah Batak, Jawa, Melayu dan Minang.

Hal ini didukung dari observasi peneliti dengan salah satu pengurus sekolah SMA Swasta yang berada di kota Medan yang memiliki siswa-siswi kebetulan dari hasil observasi didapati suku yang mayoritas paling banyak adalah

Batak Toba dan Jawa disusul oleh suku yang lainnya (sumber; SMA Swasta Dwitunggal, Medan, Sumatera Utara).

SMA Swasta Dwitunggal merupakan salah satu sekolah swasta yang berada dalam naungan dinas pendidikan Provinsi Sumatera Utara dengan segala fasilitas dan kenyamanan lingkungan yang baik serta memberikan pendidikan dan pengarahan kepada siswa-siswinya agar mendapatkan pendidikan yang layak sesuai tahap perkembangan usianya. Di sekolah ini mayoritas siswa dan siswinya yang bersuku Jawa dan Batak Toba.

Suseno (2001) berpendapat tentang suku Jawa adalah, masyarakat Jawa memiliki dua prinsip yang dipakai dalam pola pergaulan yaitu: Prinsip rukun dan hormat. Orang Jawa mengembangkan 3 (tiga) sikap yang merupakan tanda kematangan moral yaitu : sabar, *nrimo* (menerima) dan ikhlas. Sementara suku Batak kebalikan dari suku Jawa yang lebih lugas, cenderung “tidak sabaran”, lugas, jujur terbuka dan tidak bertele-tele, Warneck (dalam Simanjuntak, 2009).

Pada umumnya masyarakat suku Batak Toba terkenal budaya yang memiliki ciri-ciri salah satunya adalah terbuka dengan orang lain (Irmawati, 2007). Suku Batak Toba memiliki keunikan yang dimilikinya yaitu tempramental dan bersuara keras. Bahkan banyak dari suku lain di Indonesia beranggapan bahwa suku Batak Toba adalah orang yang keras dan cenderung kasar. Ketika suku Batak Toba marah kepada orang lain, mereka akan mengeluarkan segala hal yang mengganjal dihatinya sehingga mengeluarkan suara yang sangat keras, dikarenakan mereka tidak suka untuk menyimpan suatu permasalahan yang membuat pikirannya menjadi beban. Namun dikarenakan suku Batak Toba



memiliki sikap yang spontan sehingga mengakibatkan kemarahan yang meluap-luap. Suku Batak Toba akan mengeluarkan segala rasa yang membuat beban pada pikirannya tentang suatu permasalahan yang terjadi. Bahkan ketika suku Batak Toba berbicara, mereka akan mengeluarkan suara yang keras dan membuat orang lain beranggapan mereka sedang marah.

Suku Batak Toba juga terkenal sangat berani, memiliki rasa percaya diri yang tinggi sehingga membuat masyarakat Batak Toba suka berada di depan dalam segala hal. Selain itu orang Batak Toba memiliki sikap yang spontan. Suku Batak Toba kurang mampu melakukan regulasi emosi karena ketika mereka tidak suka, maka mereka akan berkata secara langsung walaupun itu menyakitkan untuk didengar.

Beda halnya dengan suku Jawa, Endraswati (2010) mengemukakan bahwa masyarakat suku Jawa menjunjung tinggi falsafah *ajining diri soko lathi* yang berarti harga diri seseorang diantaranya tergantung pada ucapan dan bahasa. Pada umumnya orang Jawa memiliki karakteristik yang berusaha untuk menampilkan diri sebagai orang yang halus dan sopan (Suseno, 2001). Menurut Sardjono (1995) suku Jawa juga terkenal dengan sikap ethok-ethok (pura-pura) dan suku Jawa dikenal dengan nilai sosial yaitu mengenal nilai kerukunan dimana dikatakan bahwa orang dalam budaya ini biasanya hidup rukun. Tujuan dari prinsip ini adalah untuk mempertahankan keadaan masyarakat agar tetap harmonis. Atas dasar prinsip ini orang Jawa menghilangkan tanda-tanda ketegangan masyarakat atau antar pribadi, sehingga hubungan sosial akan tampak harmonis dan baik.

Suku Jawa tampaknya akan menghindari dari konflik dengan cara membiarkan permasalahan itu berlalu atau didiamkan (Haryono, 1993).

Suku Jawa memiliki ciri-ciri yaitu halus, ramah tamah, bersopan santun, sederhana dan menghormati adat kebiasaan. Suku Jawa sangat terkenal sebagai suku bangsa yang sopan dan halus, tetapi mereka juga terkenal sebagai suku bangsa yang tertutup dan tidak mau terus terang. Sifat ini konon berdasarkan watak orang Jawa yang ingin hidup harmonis atau keserasian dan menghindari konflik, sehingga mereka cenderung diam dan tidak membantah apabila terjadi perbedaan pendapat (Haryono, 1993). Dengan memperlihatkan perasaan-perasaan spontan dianggap kurang pantas, seperti rasa kecewa, marah, putus asa, gembira, harapan-harapan untuk disembunyikan dan tidak diperlihatkan pada banyak orang. Menurut Suseno (2001) semakin individu dapat mengontrol emosi dan semakin menguasai tata karma pergaulan, makanya semakin dianggap dewasa.

Peneliti menemukan fenomena yang terjadi berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMA Swasta Dwitunggal, peneliti melihat ada beberapa remaja tidak dapat melakukan regulasi emosi dengan tepat, dan tidak dapat menguasai emosi mereka dengan baik. Ini terlihat dari beberapa perilaku yang muncul, seperti perkelahian antar remaja, berteman dengan kelompoknya masing-masing, tidak mau berbaur dan saling menjelekkkan teman yang lain.

Peneliti juga menemukan beberapa siswa bersuku Batak Toba dan Jawa memiliki cara masing-masing dalam meregulasi emosinya. Remaja bersuku Batak Toba cenderung menyelesaikan masalah dengan perkelahian, tidak dapat mengontrol kemarahan, sering mengucapkan kata-kata tidak sopan, dan

mengeluarkan suara tinggi ketika berbicara. Sedangkan remaja yang bersuku Jawa cenderung berdiam diri dan menangis ketika menghadapi masalah, sikap mengalah sering ditunjukkan remaja yang bersuku Jawa ketika bertikai dengan teman remaja yang lain, lebih tenang dalam menghadapi permasalahan, berbagi kesedihan dengan bercerita bersama teman atau keluarga dirumah untuk menemukan solusi terbaik dalam menghadapi suatu permasalahan.

Berdasarkan observasi dan wawancara pada beberapa remaja di atas, terlihat bahwa remaja bersuku Batak Toba belum dapat melakukan regulasi emosi dengan baik, peneliti menilai remaja-remaja tersebut belum dapat mengelola, mengatur, dan mengontrol emosi negatifnya dengan baik sehingga hal-hal yang tidak diharapkanpun dialami oleh subjek, yang akhirnya merugikan subjek dan orang lain. Remaja bersuku Jawa terlihat dapat mengontrol emosi negatifnya dengan tepat dan tidak harus menyakiti diri sendiri ataupun orang lain, lebih tenang dalam menghadapi permasalahan/konflik, mengalihkan emosi dengan cara menangis dan berbagi cerita dengan teman ataupun keluarganya untuk menemukan solusi dalam menghadapi masalah.

Pada penelitian ini peneliti mengambil remaja bersuku Batak Toba dan bersuku Jawa karena tertarik untuk melihat bagaimana perbedaan regulasi emosi pada remaja SMA Swasta di Dwitunggal Medan ditinjau dari faktor budaya, karena dalam budaya remaja memiliki tingkat emosi yang berbeda-beda. Meninjau uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana Perbedaan Regulasi Emosi Remaja Ditinjau dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa.

## **B. Identifikasi Masalah**

Regulasi Emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif (Gross, 2007).

Dalam Penelitian ini peneliti ingin meneliti tentang Regulasi Emosi yang terjadi pada remaja suku batak dan suku jawa di SMA Swasta Dwitunggal Medan, dimana regulasi emosi remaja suku Batak Toba cenderung memiliki sikap yang spontan, cenderung tidak sabaran, lugas, jujur, terbuka dan tidak bertele-tele, mereka juga memiliki semangat pejuang. Sedangkan remaja suku Jawa cenderung tertutup serta emosi yang tidak ditunjukkan, baik emosi positif maupun emosi negatif lebih sabar dan nrimo (menerima) dan ikhlas.

Berdasarkan dari perbedaan antara suku Batak Toba dan Jawa yang memiliki sikap kontradiktif (berlawanan) maka hal inilah yang menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti tingkat regulasi emosi antara kedua budaya ini. Terutama pada remaja, karena remaja dianggap masih sangat rentan dalam mengelola regulasi emosinya. Apakah perbedaan kedua budaya ini yang kebetulan juga ada di kota medan dapat menunjukkan perubahan dan perbedaan antara kedua kelompok remaja yang bersuku Batak Toba dan Jawa yang ada di kota Medan. Khususnya pada remaja menengah atas (SMA) di Medan. Oleh karena itu peneliti

ingin melakukan penelitian dengan Judul “Regulasi Emosi Ditinjau dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa”.

### **C. Batasan Masalah**

Meninjau dari Identifikasi Masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti berusaha membatasi penelitian yang menekankan pada perbedaan regulasi emosi remaja ditinjau dari Suku Batak Toba dan Jawa di SMA Swasta Dwitunggal. Subjek nya adalah Siswa-Siswi yang berusia 15-18 tahun yang Bersuku Batak Toba dan Bersuku Jawa.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah adalah Apakah ada Perbedaan Regulasi Emosi Pada Remaja yang bersuku Batak Toba dan bersuku Jawa di SMA Swasta Dwitunggal ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya Perbedaan Regulasi Emosi Remaja Ditinjau dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa di SMA Swasta Dwitunggal.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumbangan ilmiah serta memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Anak & Perkembangan, yaitu untuk memperkaya teori tentang Regulasi Emosi pada Remaja bersuku Batak Toba dan Remaja bersuku Jawa.

## **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran dan masukan bagi remaja khususnya remaja suku batak dan jawa untuk belajar meregulasi emosi secara adaptif serta dapat memahami dan melakukan emosi dengan baik.





## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. REMAJA**

##### **1. Pengertian Remaja**

Menurut Santrock (2003), *adolescence* adalah masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu : Masa Remaja Awal (12 – 15 tahun), Masa Remaja Pertengahan (15 – 18 tahun), Masa Remaja Akhir (18 – 21 tahun).

Masa remaja adalah perubahan perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang mengakibatkan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial (Papalia, 2014).

Berdasarkan dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa dimana seorang individu mengalami perubahan dan perkembangan, baik dalam segi fisiologis, psikologis, dan kognitif. Mulai meninggalkan ciri-ciri tahapan perkembangan pada masa kanak-kanak dan mengalami perubahan-perubahan yang baru untuk menghadapi perkembangan masa dewasa nantinya.



## 2. Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode kehidupan lain. Menurut Hurlock (2002), ciri-ciri tersebut antara lain :

- a. Masa remaja merupakan periode yang paling penting. Sebab, pada masa remaja banyak terjadi perkembangan fisik dan mental secara cepat dan akan berpengaruh untuk jangka panjang.
- b. Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Hal ini mempengaruhi statusnya dalam lingkungan, menjadi tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukannya. Remaja dianggap sudah bukan lagi seorang anak, namun juga bukan orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari 'bertindak sesuai dengan umurnya. Tetapi, jika remaja berusaha untuk berperilaku seperti orang dewasa, seringkali dituduh 'terlalu besar celananya' dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa.
- c. Masa remaja merupakan periode perubahan. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisiknya. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Begitu juga sebaliknya. Secara universal, ada empat perubahan yang terjadi pada remaja, yaitu perubahan emosi, perubahan tubuh, perubahan minat dan pola perilaku serta bivalen terhadap setiap perubahan.
- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah, seringkali sulit diatasi remaja. Hal ini karena ketika anak-anak, permasalahan yang muncul sebagian

diselesaikan oleh orang lain, baik orang tua, guru, atau yang lain, sehingga tidak memiliki pengalaman dalam menyelesaikan permasalahan itu sendirian. Selain itu, remaja juga merasa mandiri, sehingga merasa tidak perlu bahkan menolak bantuan orang tua atau guru.

- e. Masa remaja masa mencari identitas. Remaja mulai mengevaluasi diri dan perilakunya yang pada akhirnya menuntunnya menemukan jawaban dari pertanyaan tentang dirinya sendiri.

### **3. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja**

Menurut Erikson (dalam Ali dan Asrori 2010), sejumlah sikap yang sering ditunjukkan oleh remaja ialah :

- a. Kegelisahan

Sesuai dengan fase perkembangan, remaja mempunyai banyak idealisme, angan-angan, atau keinginan yang hendak diwujudkan dimasa depan. Namun, sesungguhnya remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai untuk mewujudkan semua itu. Seringkali angan-angan dan keinginannya jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuannya, tarik-menarik antara angan-angan yang tinggi dan kemampuannya yang masih belum memadai mengakibatkan mereka diliputi oleh perasaan gelisah.

- b. Pertentangan

Sebagai individu yang sedang mencari jati diri, remaja berada pada situasi psikologis antara ingin melepaskan diri dari orangtua dan perasaan masih

belum mampu mandiri. Oleh karena itu, pada umumnya remaja sering mengalami kebingungan karena terjadi pertentangan dengan orangtua.

c. Menghayal

Keinginan untuk menjelajah dan bertualang tidak semuanya tersalurkan. Akibatnya mereka selalu menghayal, mencari kepuasan, bahkan menyalurkan khayalannya melalui dunia fantasi.

d. Aktivitas Kelompok

Kebanyakan remaja menemukan jalan keluar dari kesulitannya setelah mereka berkumpul dengan rekan sebaya untuk melakukan kegiatan bersama. Mereka melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat diatasi bersama-sama.

e. Keinginan mencoba segala sesuatu

Pada umumnya, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (*high curiosity*). Karena didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin bertualang, menjelajah segala sesuatu dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya.

#### **4. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja**

Menurut Hurlock (2002), semua tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada penguasaan penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Beberapa tugas perkembangan yang harus dicapai pada masa remaja adalah:

- a. Mencapai peran sosial pria dan wanita
- b. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- c. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- d. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- e. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- f. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

## **5. Karakteristik Emosi pada Remaja**

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 2002).

### **a. Pola Emosi pada Masa Remaja**

Pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi pada masa kanak-kanak perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka. Misalnya, perlakuan sebagai “anak kecil” atau secara “tidak adil” membuat remaja sangat marah dibandingkan dengan hal-hal lain.

Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya, dan dengan cara gerakan amarah meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang menyebabkan amarah. Remaja juga iri hati terhadap orang yang memiliki benda lebih banyak. Ia tidak mengeluh

dan menyesali dirinya sendiri, seperti yang dilakukan anak-anak. Remaja suka bekerja sambil untuk memperoleh uang untuk membeli barang yang diinginkan atau bila perlu berhenti sekolah untuk mendapatkannya.

b. Kematangan Emosi

Anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima. Perunjuk kematangan emosi yang lain adalah bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi matang. Dengan demikian, remaja menghabiskan banyak rangsangan yang tadinya dapat menimbulkan ledakan emosi. Akhirnya, remaja yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam priode sebelumnya.

Untuk mencapai kematangan emosi remaja harus belajar memperoleh gambaran dengan situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Adapun caranya adalah dengan membicarakan berbagai masalah pribadinya dengan orang lain. Keterbukaan, perasaan dan masalah pribadi dipengaruhi oleh tingkat kesukaan pada “orang sasaran” yaitu orang yang kepadanya remaja mau mengutarakan berbagai kesulitannya dan tingkat penerimaan orang sasaran itu.

Bila remaja ingin mencapai kematangan emosi, ia juga harus belajar menggunakan katarsis emosi untuk menyalurkan emosinya. Adapun cara yang dapat dilakukan adalah latihan fisik yang berat, bermain atau bekerja, tertawa atau

menangis. Meskipun cara-cara ini dapat menyalurkan gejala emosi yang timbul karena usaha pengendalian ungkapan emosi, namun sikap sosial terhadap perilaku menangis adalah kurang baik dibandingkan dengan sikap sosial terhadap perilaku tertawa, kecuali bila tertawa dilakukan bilamana memperoleh dukungan sosial.

## **B. REGULASI EMOSI**

### **1. Pengertian Emosi**

Emosi adalah emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis (Goleman, 2000).

Menurut Damon dan Eisenberg emosi adalah usaha seseorang untuk menentukan, mempertahankan, atau mengubah hubungan antara individu dengan lingkungan agar sesuai dengan keinginan individu tersebut (Damon & Eisenberg dalam Mawardah, 2014).

Emosi-emosi kita harus ada dalam jumlah yang benar, yang proporsional dengan peristiwa yang ditimbulkan, emosi-emosi itu harus diekspresikan pada waktu yang benar, dalam suatu cara yang sesuai dengan pemicu emosional dan lingkungan dimana hal itu terjadi dan emosi juga harus diekspresikan dengan cara yang benar dalam suatu cara yang tidak menimbulkan kerugian (Ekman dalam Matsumoto, 2008). Apabila emosi dikendalikan dengan tepat dan dengan cara

yang dianggap baik oleh masyarakat, maka emosi bekerja untuk kesejahteraan dan kebahagiaan manusia (Semiun dalam Matsumoto, 2008).

Menurut Hurlock (2002) pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan intensitasnya, khususnya pada latihan pengendalian individu terhadap pengungkapan emosi mereka. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang ‘meledak-ledak’, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang lain yang menyebabkannya marah.

Berdasarkan uraian di atas emosi adalah reaksi atau respon psikologis yang dialami seorang individu dikarenakan suatu rangsangan dari dalam atau luar, saat seorang individu mengalami suatu keadaan atau situasi tertentu, perasaan dengan durasi waktu yang singkat, kuat dan kompleks dengan prosesnya berawal dari objek perangsang, kemudian penilaian terhadap objek, terjadi perubahan fisiologis, pengaturan atau regulasi kemudian muncullah reaksi emosi.

## **2. Macam-macam Emosi**

Menurut Wade & Tavris (2008), emosi dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu emosi primer dan emosi sekunder.

- a. Emosi primer meliputi rasa takut (fear), marah (anger), sedih (sadness), senang (joy), terkejut (surprise). Jijik (disgust), dan sebal (contempt).
- b. Emosi sekunder adalah semua variasi dan campuran berbagai emosi antara satu kebudayaan dengan kebudayaan dengan kebudayaan lainnya serta

berkembang secara bertahap sesuai tingkat kedewasaan kognitif (Wade & Tavis, 2008).

Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja awal antara lain adalah marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang, dan ingin tahu. Dalam hal emosi yang negatif, umumnya remaja belum dapat mengontrolnya dengan baik. Kebiasaan remaja menguasai emosi-emosi yang negatif dapat membuat mereka sanggup mengontrol emosi banyak situasi. Goleman (dalam Tarigan, 2014) mengemukakan beberapa macam emosi yang tidak berbeda jauh dengan kedua tokoh di atas, yaitu amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Perilaku individu yang muncul sangat banyak diwarnai emosi. Emosi dasar individu mencakup emosi positif dan emosi negatif.

### **3. Pengertian Regulasi Emosi**

Thompson (dalam Alfian, 2014) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertingkah laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi.

Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif.



Regulasi Emosi merupakan sebuah kemampuan untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan. Regulasi itu sendiri adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam ekspresinya. Regulasi emosi berasal dari sumber sosial. Sumber sosial ini merupakan bagian dari minat terhadap orang lain dan norma-norma dari interaksi sosial (Frijda dalam Nisfiannoor & Kartika, 2004).

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa Regulasi Emosi adalah kemampuan untuk mengontrol, baik secara sadar ataupun tidak sadar pada emosi yang timbul atau menghalangi perilaku yang tidak tepat untuk menaikkan, memelihara, mengontrol dan menurunkan emosi sehingga berpengaruh pada perasaan, perilaku, dan respon fisiologis.

#### **4. Ciri - Ciri Regulasi Emosi**

Individu dikatakan mampu melakukan regulasi emosi jika memiliki kendali yang cukup baik terhadap emosi yang muncul. Kemampuan regulasi emosi dapat dilihat dalam lima kecakapan yang dikemukakan oleh Goleman (2000), yaitu :

- a. Kendali diri, dalam arti mampu mengelola emosi dan impuls yang merusak dengan efektif.
- b. Memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain.
- c. Memiliki sikap hati-hati.

- d. Memiliki adaptibilitas, yang artinya luwes dalam menangani perubahan dan tantangan.
- e. Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi.
- f. Memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungannya.

Menurut Martin (dalam Wahyuni, 2003) ciri-ciri individu yang memiliki

Regulasi Emosi ialah :

- a. Bertanggung jawab secara pribadi atas perasaan dan kebahagiaannya.
- b. Mampu mengubah emosi negatif menjadi proses belajar dan kesempatan untuk berkembang.
- c. Lebih peka terhadap perasaan orang lain.
- d. Melakukan introspeksi dan relaksasi.
- e. Lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif
- f. Tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalah.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang dapat melakukan regulasi emosi ialah memiliki kendali diri, hubungan interpersonal yang baik, sikap hati-hati, adaptibilitas, toleransi terhadap frustrasi, pandangan yang positif, peka terhadap perasaan orang lain, melakukan introspeksi dan relaksasi, lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif serta tidak mudah putus asa.

### **5. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang menurut Krause (dalam Nisfiannoor dan Kartika, 2004) yaitu :

a. Usia.

Penelitian menunjukkan bahwa bertambahnya usia seseorang dihubungkan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi, dimana semakin tinggi usia seseorang semakin baik kemampuan regulasi emosinya. Sehingga dengan bertambahnya usia seseorang menyebabkan ekspresi emosi semakin terkontrol (Maider dalam Nisfiannoor dan Kartika, 2004). Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwasanya lansia memiliki kemampuan regulasi emosi yang semakin baik.

b. Jenis Kelamin.

Beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam mengekspresikan emosi baik verbal maupun ekspresi wajah sesuai dengan gendernya. Perempuan menunjukkan sifat feminimnya dengan mengekspresikan emosi sedih, takut, cemas dan menghindari mengekspresikan emosi marah dan bangga yang menunjukkan sifat maskulin. Perbedaan gender dalam pengekspresian emosi dihubungkan dengan perbedaan dalam tujuan laki-laki dan perempuan mengontrol emosinya. Perempuan lebih mengekspresikan emosi untuk menjaga hubungan interpersonal serta membuat mereka tampak lemah dan tidak berdaya. Sedangkan laki-laki lebih mengekspresikan marah dan bangga untuk mempertahankan dan menunjukkan dominasi. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa wanita lebih dapat melakukan regulasi terhadap emosi marah dan bangga, sedangkan laki-laki pada emosi takut, sedih dan cemas.

c. Lingkungan

Faktor lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan tempat individu berada termasuk lingkungan keluarga seperti orangtua, sekolah seperti teman sebaya dan lingkungan masyarakat. Adanya *support* dari lingkungan keluarga, kenyamanan disekolah dan kondisi masyarakat yang kondusif akan sangat mempengaruhi perkembangan emosi individu.

d. Religiusitas.

Setiap agama mengajarkan seseorang diajarkan untuk dapat mengontrol emosinya. Seseorang yang tinggi tingkat religiusitasnya akan berusaha untuk menampilkan emosi yang tidak berlebihan bila dibandingkan dengan orang yang tingkat religiusitasnya rendah.

e. Kepribadian.

Orang yang memiliki kepribadian 'neuroticism' dengan ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan coping yang efektif terhadap stres akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah.

f. Pola Asuh.

Beberapa cara yang dilakukan orang tua dalam mengasuh anak dapat membentuk kemampuan anak untuk meregulasi emosinya. Beberapa cara orang tua mensosialisasikan emosi kepada anaknya diantaranya melalui: pendekatan tidak langsung dalam interaksi keluarga (antara anak dengan

orang tua), teknik teaching dan coaching dan mencocokkan kesempatan dalam lingkungan.

g. Budaya.

Norma atau belief yang terdapat dalam kelompok masyarakat tertentu dapat mempengaruhi cara individu menerima, menerima, menilai suatu pengalaman emosi, dan menampilkan suatu respon emosi. Dalam hal regulasi emosi apa yang dianggap sesuai atau culturally permissible dapat mempengaruhi cara seseorang berespon dalam berinteraksi dengan orang lain dan dalam cara ia meregulasi emosi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi antar lain: usia, jenis kelamin, lingkungan, religiusitas, kepribadian, pola asuh, dan budaya.

## 6. Aspek – Aspek Regulasi Emosi

Menurut Gross (2007) ada empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu :

- a. *Strategies to emotion regulation (strategies)* ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.

- b. *Engaging in goal directed behavior (goals)* ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.
- c. *Control emotional responses (impulse)* ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
- d. *Acceptance of emotional response (acceptance)* ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

Regulasi emosi mempunyai cakupan luas pada berbagai aspek biologis, sosial, tingkah laku sebagaimana proses kognitif yang disadari dan tidak disadari. Secara fisiologis, emosi itu sendiri diregulasikan oleh nadi-nadi, sehingga dapat mempercepat pernapasan (atau memperpendek pernapasan), memperbanyak keringat atau hal lainnya yang berhubungan dengan rangsangan emosi. Secara sosial, emosi diregulasikan dengan cara mencari akses ke hubungan interpersonal dan sumber dukungan yang bersifat nyata. Sedangkan secara tingkah laku, emosi diregulasikan melalui berbagai macam respon tingkah laku. Berteriak, menjerit, menangis atau menarik diri adalah contoh dari tingkah laku yang tampak untuk mengatur emosi yang bangkit sebagai respon terhadap rangsangan yang diberikan. Terakhir, emosi juga berguna untuk mengatur proses kognitif yang tidak disadari, seperti proses *selective attention*, *memory distortion*, penolakan, atau proyeksi,

atau oleh proses kognitif yang disadari, seperti menyalahkan diri sendiri menyalahkan orang lain (Garnefski et al dalam Alfian, 2014).

Berdasarkan uraian diatas, maka disimpulkan bahwa aspek-aspek regulasi emosi ialah *strategies to emotion regulation (strategies)*, *engaging in goal directed behavior (goals)*, *control emotional responses (impulse)*, *acceptance of emotional response (acceptance)*.

## 7. Strategi Regulasi Emosi

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam melakukan regulasi emosi. Menurut Gross (Strongman, 2003) regulasi emosi dapat dilakukan individu dengan banyak cara, yaitu:

### a. *Situation selection*

Suatu cara dimana individu mendekati/menghindari orang atau situasi yang dapat menimbulkan emosi yang berlebihan. Contohnya, seseorang yang lebih memilih nonton dengan temannya daripada belajar pada malam sebelum ujian untuk menghindari rasa cemas yang berlebihan.

### b. *Situation modification*

Suatu cara dimana seseorang mengubah lingkungan sehingga akan ikut mengurangi pengaruh kuat dari emosi yang timbul. Contohnya, seseorang yang mengatakan kepada temannya bahwa ia tidak mau membicarakan kegagalan yang dialaminya agar tidak bertambah sedih.

*c. Attention deployment*

Suatu cara dimana seseorang mengalihkan perhatian mereka dari situasi yang tidak menyenangkan untuk menghindari timbulnya emosi yang berlebihan. Contohnya, seseorang yang menonton film lucu, mendengar musik atau berolahraga untuk mengurangi kemarahan atau kesedihannya.

*d. Cognitive change*

Suatu strategi dimana individu mengevaluasi kembali situasi dengan mengubah cara berpikir menjadi lebih positif sehingga dapat mengurangi.

Berdasarkan uraian diatas, strategi regulasi emosi melalui, *Situation selection, Situation modification, Attention deployment, Cognitive change*.

## **C. BUDAYA**

### **1. Pengertian Budaya**

Budaya (*culture*) adalah pola perilaku, keyakinan dan hal-hal lain yang dihasilkan oleh suatu kelompok orang tertentu yang diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Produk yang dihasilkan berasal dari interaksi di antara kelompok-kelompok manusia dan lingkungannya yang telah berlangsung selama bertahun-tahun. Kottak dan Triandis (dalam Matsumoto 2008).

Budaya merupakan sebuah konsep yang luas. Budaya dapat melibatkan banyak komponen dan dapat dianalisis dalam berbagai cara. Cole, dkk (dalam Matsumoto, 2008). Seorang pakar di bidang lintas budaya Richard Brislin (dalam Matsumoto, 2008) mendeskripsikan sejumlah karakteristik budaya adalah :



- a. Budaya disusun oleh sejumlah idealisasi, nilai dan asumsi mengenai kehidupan yang mengarahkan perilaku manusia yang hidup di budaya tersebut.
- b. Budaya dibuat oleh manusia.
- c. Budaya diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya, yang bertanggung jawab dalam mewariskan budaya tersebut adalah orang tua, guru dan pimpinan komunitas.
- d. Pengaruh budaya paling jelas terlihat dalam perselisihan-perselisihan halus di antara orang-orang yang memiliki latar belakang budaya yang berbeda.
- e. Apabila nilai budaya mereka dilanggar atau ketika harapan budaya mereka diabaikan, orang yang tinggal di budaya tersebut akan cenderung bereaksi secara emosional.
- f. Tidak jarang orang menerima suatu nilai budaya disuatu saat dalam kehidupannya namun kemudian menolaknya disaat lain.

Berdasarkan dari uraian diatas, budaya merupakan warisan dari generasi sebelumnya yang diwariskan ke generasi berikutnya yang diwariskan oleh orang tua. Jika budaya diabaikan maka akan menimbulkan perselisihan serta menimbulkan reaksi secara emosional.

## **2. Suku Batak Toba**

- a. Latar belakang suku Batak Toba

Suku bangsa batak terdiri atas enam sub bagian, yaitu Toba, Karo, Simalungun, Pakpak, Angkola dan Mandailing. Di antara keenam subsuku

tersebut terdapat persamaan bahasa dan budaya (Singarimbun dalam Simanjuntak, 2009). Walaupun demikian terdapat pula perbedaannya, misalnya dalam hal dialek, tulisan, istilah-istilah dan beberapa adat kebiasaan. Struktur sosial keenam subsuku tersebut pada dasarnya sama, yakni terdiri atas tiga unsur utama. Pada subsuku Batak Toba dinamakan dalihan na tolu yang terdiri atas huluhula (sumber istri), dongan tubu (saudara semarga), dan boru (penerima istri). Ketiga unsur sosial itu terdapat pada semua subsuku dengan istilah yang sedikit berbeda, namun fungsi ketiganya sama.

Orang Batak Toba sebagai salah satu subsuku Batak, mengaku sebagai sumber dari subsuku lainnya. Menurut mitos, orang batak pertama kali bertempat tinggal di pusuk buhit yang turun dari Banua Ginjang (dunia atas). Menurut Warneck (dalam Simanjuntak 2009) pimpinan tertinggi (ephorus) gereja Batak HKBP, ciri khas orang Batak, yaitu selain pengasih, tulus, murah hati, setia dan jujur, mereka juga sombong, pongah, pencuriga atau cemburu, malas, acuh tak acuh dan kikir, bersemangat pejuang dan perang.

Berdasarkan dari uraian diatas, Suku bangsa batak terdiri atas Batak Toba, Karo, Simalungun, Pakpak, Angkola dan Mandailing. Dari keenam suku batak tersebut memiliki persamaan yaitu persamaan bahasa dan budaya serta memiliki ciri khas yaitu selain pengasih, tulus, murah hati, setia dan jujur, mereka juga sombong, pongah, pencuriga atau cemburu, malas, acuh tak acuh dan kikir, bersemangat pejuang dan perang

b. Nilai budaya Batak Toba

Menurut pandangan orang Batak Toba, kebudayaannya memiliki sistem nilai budaya yang amat penting yang menjadi tujuan dan pandangan hidup mereka secara turun temurun yakni kekayaan (*hamoraon*), banyak keturunan (*hagabeon*) dan kehormatan (*hasangapon*). Yang dimaksud kekayaan ialah harta milik berwujud materi maupun non-materi yang diperoleh melalui usaha atau melalui warisan. Keturunan juga termasuk ke dalam kategori kekayaan. Banyak keturunan ialah mempunyai banyak anak, cucu, cicit dan keturunan-keturunannya, termasuk pemilikan tanaman serta ternak. Kehormatan merupakan pengakuan dan penghormatan orang lain atas wibawa dan martabat seseorang. (Simanjuntak,2009).

Berdasarkan dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa nilai budaya yang amat penting yang menjadi tujuan dan pandangan hidup orang batak secara turun temurun yakni kekayaan (*hamoraon*), banyak keturunan (*hagabeon*) dan kehormatan (*hasangapon*).

c. Sistem hubungan sosial Batak Toba.

Dasar hubungan sosial sehari-hari ialah struktur sosial dalihan na tolu. Ada tiga unsur pendukung struktur sosial sosial suku bangs batak yakni peemberi istri (*hulahula*), saudara semarga (*dongan tubu atau dongan sabutuha*) dan penerima istri (*boru*). Di dalam kehidupan sosial, hulahula menduduki status sosial yang lebih tinggi dri pada boru walaupun di dalam idealismenya ketiga unsur tersebut sederajat. Ada anggapan bahwa struktur sosial orang batak terdiri atas lima unsur atau dalihan na lima, menurut Irapas (dalam Simanjuntak, 2009). Kelima unsur itu

ialah *sanina* (saudara satu ibu atau satu marga), *tondong* (pemberi istri). *Tondongni tondong* (sumber istri para tondong dari tondong), *boru* (pemberi istri) dan *boru ni boru* (pengambil istri dari kelompok marga boru ego). Sipayung (dalam Simanjuntak,2009).

Di dalam hubungan sosial, *marga* adalah unsur dasar yang menentukan bentuk hubungan sosial partuturan (*term of reference*) setelah memberitahukan marga, masing-masing mengingat latar belakang silsilah dan analogi internal dan eksternal. Latar belakang silsilah dan analogi itu antara lain tingkatan kedudukan dalam silsilah. Dengan cara ini mereka dapat menentukan referensi panggilan, adik atau abang, bapak tua atau bapak muda, saudara perempuan, ito atau bibi, namboru (dianggap saudara perempuan ayah) atau anak perempuan yang di panggil boru. Hubungan melalui analogi dilakukan dengan cara mengingat marga ibu, marga istri semua saudara laki-laki ayah, marga nenek kandung dan semua istri semua laki-laki kakek. Kemudian analogi eksternal dilakukan dengan mengingat marga semua suami saudara perempuan ego, saudara perempuan ayah, saudara perempuan kakek dan seterusnya sampai tingkat silsilah yang lebih tinggi. Demikian juga perlakuan analogik terhadap semua marga istri saudara laki-laki dan marga suami saudara perempuan ibu.

Dengan demikian ada empat unsur penting dalam sistem kehidupan yang menjadi ciri utama orang Batak Toba, yaitu *marga*, struktur sosial *dalihan na tolu*, system hubungan sosial *somba* kepada *hulahula*, manat kepada *dongan tubu*, *elek* kepada *boru* serta *adat*. Keempat unsur tersebut mengatur dan mengendalikan kehidupan sosial, baik dalam relasi adat, birokrasi, ekonomi, politik, agama.

Berdasarkan dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa hubungan sosial orang Batak Toba ialah marga. Dengan mengetahui silsilah marga-marga maka setiap orang akan mudah menyatakan bentuk hubungan dan terminologi panggilan satu sama lain dan ketiga unsur lainnya juga sangat berkaitan dalam hubungan sosial orang Batak Toba.

### **3. Ciri-ciri Suku Batak Toba**

Adapun ciri khas suku Batak Toba menurut Irmawati (2007) :

- 1) Marga merupakan ciri khas bahkan nilai melekat dalam diri seseorang yang terus dipegang teguh.
- 2) Suku Batak Toba merupakan suku pekerja keras.
- 3) Terbuka pada setiap orang.

### **4. Stereotip Batak Toba**

Orang Batak Toba pada umumnya memiliki suara keras ketika berbicara dengan orang lain, sehingga membuat orang lain akan menoleh dan berpendapat sedang marah. Hal ini dikarenakan pemukiman asli Batak Toba yang jaraknya saling berjauhan. Suku Batak Toba dikenal sangat berani, memiliki rasa percaya diri yang tinggi sehingga membuat masyarakat Batak Toba suka berada didepan dalam segala hal. Selain itu orang Batak Toba adalah orang dengan sikap yang spontan. Jika mereka tidak suka, maka mereka akan berkata secara langsung walaupun itu menyakitkan untuk didengar. Mereka seperti itu memiliki maksud baik agar yang di tegur tidak melakukan tindakan yang tidak mengenakan terulang

kembali. Orang Batak Toba juga sering mengeluarkan kritikan pedas tetapi dengan tujuan untuk membangun bukan menghancurkan karakter orang lain.

## 5. Suku Jawa

### a. Latar belakang suku Jawa.

Suku Jawa adalah suku yang banyak dikenal orang di Indonesia. Orang Jawa adalah penduduk asli bagian tengah dan timur pulau Jawa yang menggunakan bahasa Jawa (Suseno, 2001). Dalam menjalani hubungan sosial, masyarakat Jawa sangat erat dengan kata "hormat". Hormat adalah suatu unsur dalam setiap situasi sosial di Jawa. Penghormatan dapat ditunjukkan dari berbagai cara seperti sikap badan, tangan, nada suara, istilah menyapa dan tata bahasa yang digunakan (Geertz, 1983).

### b. Nilai budaya Jawa.

Menurut Suseno (2001), masyarakat Jawa memiliki dua prinsip yang dipakai dalam pola pergaulan yaitu :

#### 1. Prinsip rukun

Dimana bertujuan untuk mempertahankan keadaan harmonis dalam bermasyarakat. Untuk mencapai kerukunan, masyarakat Jawa membuat norma-norma kelakuan yang diharapkan mencegah terjadinya emosi-emosi yang bisa menimbulkan konflik.

Pada masyarakat Jawa ada beberapa perilaku yang dipelajari untuk menghindari perselisihan, yaitu :

- a. Berhati-hati dalam mengungkapkan keinginan atau harapan yang berlawanan atau tidak sesuai dengan orang lain. Contoh : Menolak keinginan seseorang secara tidak langsung.
- b. Kemampuan untuk mengkomunikasikan hal yang tidak menyenangkan bagi orang lain dengan cara baik sehingga tidak menyakiti hati orang lain. Contoh : Menegur perilaku buruk orang dengan cara basa basi namun yang disampaikan diterima dengan baik.
- c. Menghindari kekecewaan dengan kebiasaan berpura-pura. Contoh : menunjukkan sikap tersenyum ramah pada orang yang dibenci walaupun dalam keadaan sedih.

## 2. Prinsip hormat

Prinsip hormat adalah prinsip yang menyatakan setiap orang harus bersikap dan cara berbicara yang menunjukkan hormat kepada orang lain sesuai derajat dan kedudukannya.

Menurut Suseno (2001), Terdapat 3 hal yang dipelajari oleh orang Jawa dalam situasi-situasi yang menuntut sikap hormat, yaitu:

- a. *Wedi* berarti takut.

Dalam hal ancaman fisik ataupun akibat kurang enak terhadap suatu tindakan.

- b. *Isin* berarti malu.

Malu-malu, merasa bersalah dan malu karena tidak bersikap pantas terhadap orang yang dihormati.

- c. *Sungkan* memiliki arti yang lebih positif dibanding dengan *isin*, yaitu rasa hormat yang sopan terhadap atasan atau sesama yang belum dikenal.

Menurut Suseno (2001), Orang Jawa mengembangkan 3 sikap yang merupakan tanda kematangan moral yaitu :

- a. Sabar berarti sanggup menunggu sesuatu sampai saatnya tiba dengan tenang,
- b. Nrima adalah sikap orang yang kuat menerima nasib yang buruk tanpa menunjukkan emosi yang berlebihan.
- c. Ikhlas berarti bersedia untuk merelakan apa yang berharga.

Dari ketiga sikap di atas dapat membantu seseorang untuk menenangkan emosi dalam diri seseorang dalam menjalankan prinsip rukun dan hormat dengan baik dan tidak berpura-pura.

## 6. Ciri-Ciri Suku Jawa

Ciri-ciri suku Jawa menurut Suseno (2001) adalah :

- 1) Kemampuan untuk mengatakan hal yang tidak enak secara langsung
- 2) Pada umumnya suku Jawa sopan dan menghindari ketegangan
- 3) Suku Jawa akan selalu melakukan teknik pura-pura.



## **7. Stereotaip Suku Jawa**

Orang Jawa terkenal sebagai suku bangsa yang sopan, optimis dan halus, tetapi mereka juga terkenal sebagai suatu suku bangsa yang tertutup dan tidak mau terus terang. Sifat ini konon berdasarkan sifat orang Jawa yang ingin memelihara keharmonisan atau keserasian dan menghindari pertikaian.

Oleh karena itu, mereka cenderung diam saja dan tidak membantah apabila ada diberi perintah. Orang suku Jawa juga mempunyai kecenderungan untuk membeda-bedakan masyarakat berdasarkan asal usul dan kasta atau golongan sosial. Sifat seperti ini dikatakan merupakan sifat feodalisme yang berasal daripada ajaran-ajaran kebudayaan Hindu dan Jawa Kuno yang sudah diyakini secara turun-temurun oleh masyarakat Jawa sehingga sekarang.

### **D. PERBEDAAN REGULASI EMOSI REMAJA DITINJAU DARI SUKU BATAK TOBADAN SUKU JAWA**

Siswa Sekolah Menengah Atas merupakan masa remaja yaitu salah satu masa dalam perkembangan manusia yang menarik untuk dibahas dan dibicarakan, karena pada masa ini, remaja mengalami banyak perubahan dalam dirinya serta kesulitan yang harus dihadapinya. Dengan kata lain, terjadi gejolak dalam diri remaja (Santrock, 2003).

Perubahan-perubahan selama masa awal remaja terjadi dengan pesat, salah satunya adalah meningginya emosi. Stanley Hall (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa keadaan emosi remaja berada pada periode *storm and stress*

yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Selain itu, Gunarsa (2004) mengatakan bahwa salah satu karakteristik yang dapat menimbulkan permasalahan pada masa remaja adalah ketidakstabilan emosi. Segala pertentangan yang timbul dalam diri dan lingkungan mereka akan memicu emosi yang bisa saja berakibat fatal apabila tidak bisa mengatur emosinya dengan baik.

Oleh karena itu, Gross (2007) mengatakan pada saat emosi tampak tidak sesuai dengan situasi tertentu, individu sering mencoba untuk mengatur respon emosional agar emosi tersebut dapat lebih bermanfaat untuk mencapai tujuan, sehingga diperlukan suatu strategi yang dapat diterapkan untuk menghadapi situasi emosional. Hal inilah yang disebut regulasi emosi, yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk menilai, mengatasi, mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Saat melakukan regulasi emosi, seseorang belajar mengurangi atau mengendalikan emosi negatif dan mempertahankan atau membangun emosi positif.

Banyak faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi, salah satunya adalah Budaya menurut Krause (dalam Nisfiannoor dan Kartika, 2004). Norma atau belief yang terdapat dalam kelompok masyarakat tertentu dapat mempengaruhi cara individu menerima, menerima, menilai suatu pengalaman emosional dan menampilkan suatu respon emosi. Dalam hal regulasi emosi apa yang dianggap sesuai atau culturally permissible dapat mempengaruhi cara seseorang berespon dalam berinteraksi dengan orang lain dan dalam cara ia meregulasi emosi.

Pada Penelitian yang dilakukan oleh Matsumoto, Nakagawa & Yoo (2008) menunjukkan bahwa budaya yang dianut seseorang dan diterima seseorang dari lingkungan tertentu memiliki perbedaan dalam meregulasi emosi. Penelitian ini mengatakan budaya yang ditanamkan pada Negara yang menekankan pemeliharaan tatanan sosial memiliki skor yang lebih tinggi dalam meregulasi emosi daripada Negara yang pemeliharaan ketertiban sosial yang minim, budaya individualisme dan egalitarianisme. Salah satu fungsi utama budaya yaitu untuk memelihara ketentraman sosial, pedoman dan norma mengenai regulasi emosi karena emosi-emosi menajalankan sebagai motivator utama perilaku dan memiliki fungsi sosial yang penting. Keltner, Matsomoto, Nakagawa & Yoo, dkk (dalam Natalia, 2015).

Pada Suku atau etnis tertentu memiliki cara perilaku yang khas termasuk di dalamnya adalah gaya regulasi emosi (Matsumoto, dkk dalam Natalia, 2015). Suku yang dimaksud dalam penelitian ini adalah Suku Batak Toba dan Suku Jawa yang memiliki karakteristik berbeda-beda dalam berinteraksi dan meregulasi emosinya. Prinsip pada suku Batak yaitu mengutamakan harga diri serta sifat pemaarah, pendendam, dan mudah tersinggung (Tinambunan, 2010). Keadaan ini memengaruhi cara bersosial yang kurang adaptif sehingga menunjukkan kurang mampu meregulasi dengan baik. Kehidupan masyarakat Batak yang mengutamakan harga diri cenderung terfokus pada diri sendiri, keluarga, atau kerabat disekitar mereka. Jika ada orang asing yang mengganggu atau melakukan hal buruk, maka orang Batak cenderung langsung menyerang dengan emosi. Hal ini yang membuat orang Batak memiliki regulasi emosi yang rendah.

Suku Batak Toba cenderung memiliki sikap yang spontan. Jika mereka tidak suka, maka mereka akan berkata secara langsung walaupun itu menyakitkan untuk didengar. Jujur, terus terang, terbuka dan tidak bertele-tele, serta pengasih, tulus, murah hati, setia dan jujur, mereka juga sombong, pongah, pencuriga atau cemburu, malas, acuh tak acuh dan kikir, bersemangat pejuang dan perang. Warneck (dalam Simanjuntak, 2009).

Berbeda dengan suku Jawa yang cenderung tertutup serta emosi yang tidak ditunjukkan, baik itu emosi positif maupun negatif. Hal ini karena orang Jawa memiliki rasa toleransi yang tinggi terhadap lingkungan. Orang Jawa lebih mengedepankan prinsip hormat yaitu prinsip dalam bersosialisasi dan menunjukkan sikap menghargai orang lain dalam bertutur kata dan berkomunikasi sehingga tidak menimbulkan perselisihan. Orang Jawa berfokus pada kerukunan dalam bermasyarakat. Sehingga terkadang mengalah demi kepentingan orang banyak. Prinsip ini juga diharapkan dilakukan secara baik dengan adanya sikap yang *sabar, nrima, dan ikhlas*. Sehingga dengan adanya sikap ini masyarakat Jawa cenderung berpikir positif dalam melakukan sesuatu dan dalam bersosialisasi. Geertz (dalam Natalia, 2015).

Senada dengan Suseno (dalam Widiean, 2017) bahwa suku Jawa diajarkan untuk bersikap pada prinsip rukun dan hormat. Bersikap rukun yang berarti bertindak untuk berusaha menghindari konflik atau tidak menimbulkan konflik dalam pergaulan. Suku Jawa membawa diri dengan sopan seperti cara bicara serta pembawaan diri dengan menunjukkan sikap hormat pada orang lain. Emosi yang tidak diekspresikan menjadi carayang sangat ditekankan pada masyarakat suku

Jawa. Dasar utama *sabar, nrima, ikhlas* juga menjadi bagian dalam regulasi emosi sehingga regulasi emosi telah diajarkan dalam budaya Jawa.

Remaja Suku Jawa, budaya yang diajarkan memiliki latar belakang yang mementingkan prinsip hormat dan prinsip rukun. Hal ini menyebabkan remaja Jawa tidak mengekspresikan emosinya secara berlebihan. Keadaan ini juga dilatarbelakangi prinsip yang mementingkan kepentingan masyarakat. Keadaan ini diduga akan menyebabkan remaja Jawa berfokus pada pandangan orang lain serta kerukunan antar manusia. Hal ini juga berkaitan dengan emosi yang dirasakan tidak ditunjukkan agar tidak menyakiti ataupun mempengaruhi perasaan orang lain. Keadaan ini juga dibantu dengan pengajaran sikap menerima, sabar dan ikhlas sehingga tidak memunculkan stres yang berlebih dan juga tetap hubungan sosial yang baik. Hal ini juga menyebabkan orang Jawa memiliki regulasi emosi yang baik, Geertz (dalam Natalia, 2015).

Berdasarkan mengenai teori-teori di atas, tampaknya terdapat perbedaan regulasi emosi antara remaja Batak Toba dengan remaja Jawa yang menghidupi budayanya dalam pengajaran pola bermasyarakat dan menanggapi *stressor* yang dipengaruhi budaya yang dianut oleh masing-masing remaja tersebut. Perbedaan Regulasi Emosi Remaja yang bersuku Batak Toba dan Remaja yang bersuku Jawa. Berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gross (2007), maka peneliti mencoba untuk menyimpulkan bahwa remaja bersuku Batak Toba yang masih menghayati budayanya akan memiliki tingkat regulasi emosi yang rendah. Sementara pada remaja bersuku Jawa yang masih menghayati budayanya akan memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi. Oleh sebab itu,

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. TIPE PENELITIAN**

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif menurut Sugiyono (2009) adalah metode berlandaskan pada filsafat *positivism*, digunakan untuk penelitian populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik yang bertujuan menguji hipotesis yang sudah ditetapkan.

Jenis penelitian yang digunakan adalah komparatif. Menurut Sugiono (2009), penelitian komparatif adalah suatu penelitian yang bersifat membandingkan. Disini variabelnya masih sama dengan variabel mandiri tetapi untuk sampel yang lebih dari satu atau dalam waktu yang berbeda.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui apakah ada perbedaan regulasi emosi remaja ditinjau dari suku Batak Toba dan suku Jawa.

#### **B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN**

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Penelitian ini terdiri dari Variabel Bebas dan Variabel Terikat. Variabel Bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya Variabel Terikat. Sedangkan Variabel Terikat merupakan variabel yang

dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya Variabel Bebas (Sugiyono, 2009).

Variabel dalam penelitian ini adalah:

Variabel bebas (X) : Suku Batak Toba  
Suku Jawa

Variabel terikat (Y) : Regulasi Emosi

### C. DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

Adapun definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### a. Regulasi Emosi

Regulasi Emosi adalah kemampuan untuk mengontrol, baik secara sadar ataupun tidak sadar pada emosi yang timbul atau menghalangi perilaku yang tidak tepat untuk menaikkan, memelihara, mengontrol dan menurunkan emosi sehingga berpengaruh pada perasaan, perilaku, dan respon fisiologis. Adapun aspek-aspek regulasi emosi yaitu: 1) *strategies to emotion regulation (strategies)*; 2) *engaging in goal directed behavior (goals)*; 3) *control emotional responses (impulse)*; 4) *acceptance of emotional response (acceptance)*.

Tingkat regulasi emosi dilihat dari besarnya skor yang diperoleh skala. Adapun skala yang digunakan adalah skala model *Likert*. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin tinggi pula regulasi emosi. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, menunjukkan semakin rendah regulasi emosinya.

## **b. Budaya**

Budaya merupakan warisan dari generasi sebelumnya yang diwariskan ke generasi berikutnya yang diwariskan oleh orang tua. Jika budaya diabaikan maka akan menimbulkan perselisihan serta menimbulkan reaksi secara emosional. Adapun budaya yang akan diteliti menggunakan subjek suku Batak Toba dan Suku Jawa.

Suku Batak Toba adalah suku yang memiliki ciri khas yaitu selain pengasih, tulus, murah hati, setia dan jujur, mereka juga sombong, pongah, pencuriga atau cemburu, malas, acuh tak acuh dan kikir, bersemangat pejuang. Individu yang dikategorikan bersuku Batak Toba adalah orang yang mampu berbahasa Batak Toba, memiliki orang tua yang keduanya bersuku Batak Toba.

Suku Jawa adalah suku yang memiliki prinsip dalam pola pergaulan yang berpegang teguh pada prinsip rukun dan prinsip hormat. Individu yang dikategorikan bersuku Jawa adalah orang yang mampu berbahasa Jawa, memiliki orang tua yang keduanya bersuku Jawa.

## **D. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN**

### **1. Populasi Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa-siswi di SMA Swasta Dwitunggal. Adapun jumlah populasi suku yang ada di SMA Swasta Dwitunggal



yaitu, suku Batak Toba yang berjumlah 45 orang, suku Jawa berjumlah 48 orang, suku Batak Mandailing berjumlah 10 orang, suku Batak karo berjumlah 6 orang, suku Nias berjumlah 7 orang, suku Melayu berjumlah 3 orang, suku Manado berjumlah 1 orang dan suku Aceh berjumlah 1 orang. Total populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 93 orang.

## **2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel**

Sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya dianggap bisa mewakili keseluruhan populasi, dimana teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiono, 2009). Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2009) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

Untuk penelitian ini, peneliti mengambil sampel siswa SMA Swasta Dwitunggal yang terdiri dari kelas X, XI, XII-IPA dengan jumlah sampel 93 siswa dengan kriteria Suku Batak Toba berjumlah 45 orang dan yang bersuku Jawa berjumlah 48 orang.

## **E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis, dimana skala psikologis ini berbentuk angket yang berisi dengan pertanyaan-pertanyaan yang telah disiapkan dan disusun sedemikian rupa sehingga responden hanya tinggal memilih salah satu dari pilihan yang tersedia.

a. Skala Regulasi Emosi

Skala regulasi emosi dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Gross (2007) yaitu:

1. *Strategies to emotion regulation (strategies)* ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.
2. *Engaging in goal directed behavior (goals)* ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.
3. *Control emotional responses (impulse)* ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
4. *Acceptance of emotional response (acceptance)* ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

Skala ini mencakup pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang berisi konsep berperilaku yang sesuai atau mendukung atribut yang diukur, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang berisi konsep perilaku yang dikehendaki oleh indikator berperilakuaannya (Azwar,

2013). Peneliti menggunakan jenis skala *Likert*, (dikarenakan Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang), dengan menyajikan empat jawaban alternatif, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Pemberian skor pada masing-masing aitem baik untuk aitem *favorable* maupun *unfavorable* dengan cara memberikan nilai 1 sampai dengan 4. Untuk aitem *favorable* jawaban Sangat Sesuai (SS) diberi nilai 4, Sesuai (S) diberi nilai 3, Tidak Sesuai (TS) diberi nilai 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi nilai 1. Aitem *unfavorable*, pemberian nilainya sama seperti pada nilai aitem *favorable*, namun berlaku nilai sebaliknya, yaitu untuk jawaban Sangat Sesuai (SS) diberi nilai 1, Sesuai (S) diberi nilai 2, Tidak Sesuai (TS) diberi nilai 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi nilai 4.

## **F. ANALISIS DATA**

Sebelum sampai pada pengolahan data, yang akan diukur nanti haruslah berasal dari alat ukur yang mencerminkan fenomena apa yang diukur. Untuk itu perlu dilakukan analisis butir (validitas dan realibilitas).

### **1. Validitas**

Validitas merupakan derajat yang menyatakan suatu tes mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas suatu tes tidak begitu saja melekat pada tes itu sendiri, tetapi tergantung penggunaan dan subjeknya (Azwar, 2013).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi menunjukkan tingkat seberapa besar aitem-aitem

dalam instrumen mencakup atau mencerminkan aspek-aspek yang hendak diukur (Azwar, 2013). Validitas isi diperoleh lewat pengujian terhadap isi instrumen dengan menggunakan analisa *SPSS version 16.0 For Windows*. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan analisis *Product Moment* dari Karl Pearson sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}\right\}\left\{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan :

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi antar tiap butir dengan skor total
- $\sum XY$  = Jumlah hasil kali antar setiap butir dengan skor total
- $\sum X$  = Jumlah skor keseluruhan subjek untuk tiap butir
- $\sum Y$  = Jumlah skor keseluruhan butir pada subjek
- $\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor x
- $\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor y
- N = Jumlah subjek

Nilai korelasi yang telah didapat dari teknik korelasi *product moment* diatas masih perlu dilakukan pengkorelasian karena kelebihan bobot. Dengan kata lain, indeks korelasi *product moment* tersebut masih kotor dan perlu penyaringan karena nilai-nilai butir menjadi komponen skor total.

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{\{(SD_x)^2 + (SD_y) - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)\}}}$$

Keterangan :

- $r_{bt}$  = Angka korelasi setelah dikoreksi  
 $r_{xy}$  = Angka korelasi sebelum dikoreksi  
 $SD_x$  = Standar deviasi skor total  
 $SD_y$  = Standar deviasi skor butir

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai reliabilitas yang reliabel. Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti: keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang nilai dari 0 sampai dengan 1, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 maka semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya, koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2013). Pengujian reliabilitas pada penelitian ini dengan menggunakan Koefisien *reliabilitas alpha cronbach* dengan mengolah data-data pada program *SPSS 16.0 for Windows*. Menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum i^2 \sigma}{\sigma_i^2} \right)$$

Keterangan	:
$r_{11}$	: Reliabilitas instrument yang dicari
$n$	: Banyaknya butir soal
$\sum i^2 \sigma$	: Jumlah variasi skor tiap-tiap aitem pertanyaan
$\sigma_1^2$	: Varians total

## G. METODE ANALISIS DATA

Metode analisis data diuji dengan menggunakan teknik *t-test*. Pengujian hipotesis dengan menggunakan *t-test* dengan program *SPSS 16.0 for Windows* dimaksud untuk menguji perbedaan rata-rata dari dua sampel pada suatu variabel. Dengan maksud untuk mengetahui apakah perbedaan yang terdapat pada dua sampel tersebut benar-benar menyakinkan atau karena semata-mata kesalahan dalam pengambilan sampel atau kesalahan menggunakan teknik sampling semata (Bungin, 2011). Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah *t-test* (pengolahan data uji beda). Rumus *t-test* adalah :

$$t_{hit} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{S_1^2}{n_1}\right) + \left(\frac{S_2^2}{n_2}\right)}}$$

Sebelum melakukan analisis data, semua data yang telah diperoleh dari subjek penelitian terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

1. Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Shapiro-Wilk Test*.

2. Uji Homogenitas, yaitu untuk melihat apakah varian antar kelompok bersifat homogeni atau tidak ada perbedaan varian antar kelompok. Varian adalah rata-rata dari kuadrat jarak skor individu dari mean kelompoknya. Asumsi homogenitas dinyatakan dipenuhi jika Sig (nilai p) lebih besar dari 0.05 (Hadi, 2000).







## DAFTAR PUSTAKA

- Alfian Mohammad. 2014. “*Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Suku Jawa, Suku Banjar Dan Suku Bima*”. Jurnal Psikologi. Vol. 02, No.02.
- Ali, M & Asrori, M. 2010. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bungin, M.B. 2011. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Endraswati, Suwardi. (2010). *Etika Orang Jawa, Cetakan I*. Yogyakarta: Narasi.
- Gabriele, W. Y & Wismanto Y.B. 2017. ”*Perbedaan Regulasi Emosi dan Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang Bersuku Batak dan Jawa*”. Jurnal Psikologi. Vol.16, No.01.
- Geertz, H. (1983). *Keluarga Jawa*. Jakarta: Grafiti Press.
- Goleman, D. 2000. *Emotional Intelligence* (terjemahan). Jakarta: Gramedia
- Gross, James. J & Thompson, R.A. 2007. *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press.
- Gunarsa. 2014. *Psikologi Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Haryono, P. 1993. *Kultur Cina dan Jawa* . Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Hurlock, E.B. 2002. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Irmawati. 2007. *Thesis: Motivasi Berprestasi & Pola Pengasuhan Suku Bangsa Batak Toba di Desa Parparean II & Suku Bangsa Melayu di Desa Bogak*. Universitas Sumatera Utara.
- Koentjaraningrat. (2007). *Manusia dan Kebudayaan di Indonesia Cetakan Kedua puluh Dua*. Jakarta: Djambatan.
- \_\_\_\_\_. 2009. *Pengantar Ilmu Antropologi (edisi revisi 2009)*. Jakarta : Rineka Cipta.

- Nisfiannoor, M & Katika, Y. 2004. “*Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja*”. Jurnal Psikologi. Vol. 2 No. 2.
- Matsumoto, D. 2008. *Pengantar Psikologi Lintas Budaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_, Nakagawa, S & Yoo, S.H. 2008. *Cultur, Emotion Regulation and Adjusment. Journal of Personality and Social Psychology*.
- Mawardah, Mutia & Adiyanti, MG. 2014. “*Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying*”. Jurnal Psikologi. Vol. 41, No. 1.
- Natalia A. E. 2015. “*Perbedaan Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Yang Bersuku Karo Dan Bersuku Jawa*”. Skripsi Psikologi: Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Papalia, D. E., olds, S.W & Feldman, R. D. 2014. *Menyelami Perkembangan Manusia Edisi Dua Belas*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sardjono. 1995. *Wayang dan Karakter Manusia*. Jakarta: Yayasan Wayang & PT. Inaltu
- Sarwono, S.W. 2014. *Psikologi Lintas Budaya*. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.
- Simanjuntak B Antonius. 2009. *Konflik Status Dan Kekuasaan Orang Batak Toba: Bagian Sejarah Batak*. Edisi revisi. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Strongman, K.T. 2003. *The Psychology of Emotion, from Everyday Life to Theory*. 5th edition.
- Sugiyono. 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suseno, F.M. 2001. *Etika Jawa : Sebuah Analisa Falsafi tentang kebijaksanaan Hidup*. Jakarta : PT.Gramedia.
- Tarigan A.F. 2014. *Perbedaan Regulasi Emosi Pada Siswa Yang Beragama Islam Di SMP Negeri 6 Binjai Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Mentoring Agama Islam*. Skripsi Psikologi: Program Studi Psikologi, Universitas Sumatera.

- Thompson, R. A. 1994. *Emotion Regulation: A theme in search of definition*. Monographs of the Society for Research in Child Development.
- Tinambunan, D. 2010. *Orang Batak Kasar? Membangun Citra & Karakter*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Wade, C., & Tavis, C. 2008. *Psikologi*. Edisi Sembilan. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Wahyuni, Sri. 2003. "*Hubungan Efikasi Diri Dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMK Negeri 1 Samarinda*". Jurnal Psikologi. Vol.1.No.1.





**LAMPIRAN A**

**(DATA MENTAH PENELITIAN)**



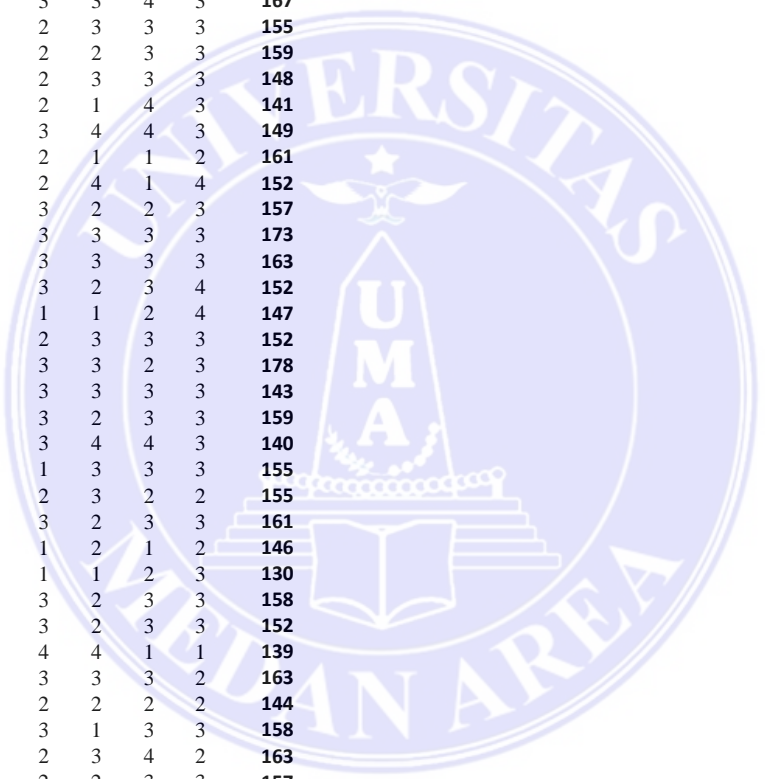
**LAMPIRAN**

**Sebaran Data Variabel Regulasi Emosi**



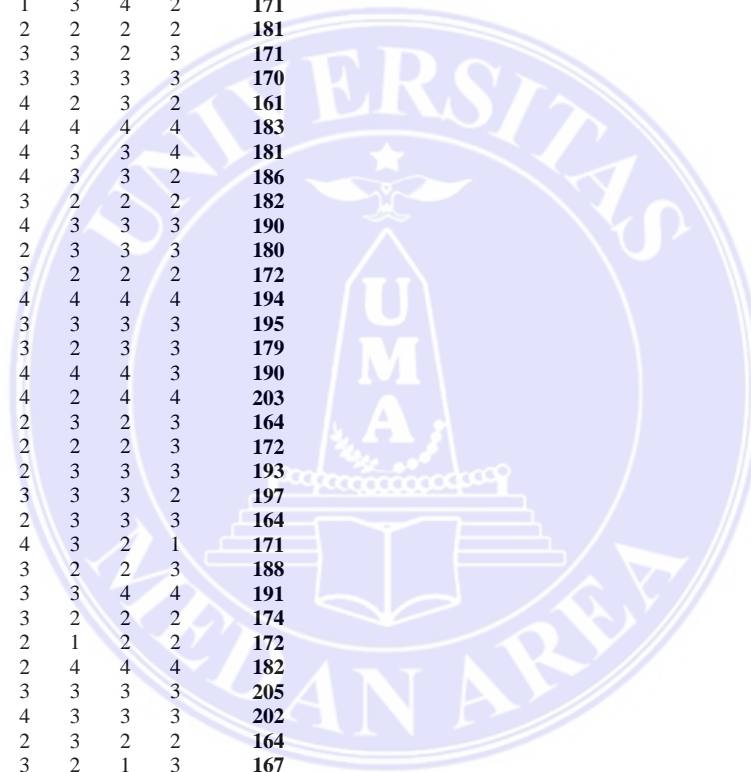


42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	TOTAL
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	154
2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	3	159
4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	205
3	3	4	2	2	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	170
3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	167
2	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	155
2	2	2	2	3	3	2	4	4	3	2	2	2	3	3	159
3	3	2	3	1	3	2	2	1	2	3	2	3	3	3	148
1	1	3	1	4	4	2	3	1	2	4	2	1	4	3	141
4	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	4	4	3	149
4	2	1	3	3	3	3	4	4	4	3	2	1	1	2	161
3	2	2	2	1	3	2	2	4	3	4	2	4	1	4	152
3	2	2	2	1	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	157
3	1	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	173
3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	163
3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	152
3	2	1	1	3	4	3	2	4	3	4	1	1	2	4	147
3	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	152
3	3	3	3	2	3	1	4	4	4	4	3	3	2	3	178
3	2	1	1	1	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	143
3	1	2	1	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	159
2	2	4	3	4	4	3	2	2	2	2	3	4	4	3	140
4	2	3	1	1	2	1	4	4	3	3	1	3	3	3	155
3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	155
2	2	3	2	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	3	161
4	1	1	1	2	3	4	4	1	4	3	1	2	1	2	146
3	4	2	2	1	2	3	3	3	2	3	1	1	2	3	130
3	2	3	1	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	158
3	2	2	3	1	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	152
1	4	3	1	4	4	4	1	2	1	1	4	4	1	1	139
4	1	2	3	4	1	1	4	4	4	3	3	3	3	2	163
3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	144
4	1	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	158
3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	2	163
4	3	3	2	2	1	1	4	4	4	4	2	2	3	3	157
3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	142
3	3	3	2	4	2	1	3	3	3	4	3	1	3	2	149
4	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	1	2	3	2	139
3	1	4	3	4	2	2	4	4	3	4	3	4	4	4	153
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	154
2	1	4	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	132
2	2	2	3	1	2	1	3	4	2	4	2	2	1	4	140
4	1	1	1	3	3	3	2	4	2	2	1	1	1	1	136
2	2	2	2	3	2	2	3	3	4	2	1	2	1	1	176
3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	176





4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	205
4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	196
4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	211
4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	1	3	177
3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	186
4	3	3	2	2	2	2	3	4	3	4	1	3	4	2	171
3	2	2	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	2	2	181
3	3	1	2	2	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	171
4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	170
4	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	161
4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	183
4	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	4	181
4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	2	186
4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	2	182
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	190
3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	3	3	180
4	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	172
4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	194
4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	195
2	3	3	4	4	3	1	4	4	3	3	3	2	3	3	179
3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	190
4	4	4	3	1	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	203
3	3	3	1	3	3	1	4	3	3	3	2	3	2	3	164
3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	172
4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	193
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	197
3	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	164
4	3	2	2	4	1	3	4	4	4	4	4	3	2	1	171
4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	188
3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	191
3	3	2	2	1	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	174
2	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	2	1	2	2	172
4	4	3	3	1	3	2	4	4	3	2	2	4	4	4	182
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	205
4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	202
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	164
4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	2	3	2	1	3	167
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	157
3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	2	3	1	171
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	213
4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	3	173
4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	175
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	212
3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	192
4	2	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2	3	2	192
4	3	2	2	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	174
4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	196
3	3	3	2	4	2	3	4	4	3	3	2	3	3	1	187







49	50	51	52	53	54	55	TOTAL
1	3	3	1	1	2	1	92
1	3	2	3	2	3	2	100
3	1	3	4	3	3	3	115
2	1	3	3	2	3	4	118
2	4	3	2	3	3	4	120
2	1	3	3	2	1	3	120
3	1	3	2	2	3	3	106
3	1	2	3	2	3	3	102
3	1	2	4	2	1	3	117
1	3	3	2	3	1	3	117
3	3	3	3	2	1	2	106
2	4	3	4	2	4	2	96
1	1	1	3	1	1	2	94
2	4	3	3	3	3	3	120
1	3	3	3	3	3	3	103
3	3	2	3	3	2	3	115
3	4	3	4	1	1	2	90
1	3	3	3	2	3	3	101
3	1	3	1	3	3	2	108
2	1	2	2	3	3	3	102
3	3	3	3	3	2	3	111
2	2	2	2	3	4	4	124
3	4	3	3	1	3	3	115
3	3	3	2	2	3	2	110
3	3	3	2	3	2	3	130
3	3	3	1	1	2	4	113
1	3	2	3	1	1	2	114
1	1	2	3	3	2	3	99
3	1	3	3	3	2	3	101
2	1	1	1	3	3	1	83
3	3	4	3	3	3	3	109
3	1	1	3	1	2	2	100
2	2	3	3	3	1	3	119
2	1	1	3	1	3	1	121
3	3	3	3	2	2	3	106
3	3	3	3	2	3	3	100
1	3	3	4	3	1	3	102
1	2	2	3	1	2	3	89
1	4	3	3	3	3	4	112
1	3	3	4	3	3	3	109
2	3	2	2	2	2	1	110
3	4	2	4	2	1	4	104
2	4	2	2	1	1	1	112
3	3	4	2	1	2	1	102
2	4	2	2	2	2	4	106





49	50	51	52	53	54	55	TOTAL
4	4	4	4	4	4	4	175
4	4	4	4	3	3	3	166
4	4	4	4	4	4	3	180
4	3	3	3	3	3	1	150
3	4	4	3	4	4	4	157
3	4	3	4	1	3	4	144
4	4	3	3	2	2	2	151
4	4	4	4	3	3	2	143
4	3	4	4	3	3	3	147
4	3	3	3	4	2	3	137
4	4	4	4	4	4	4	153
4	4	4	3	4	3	3	152
4	4	4	4	4	3	3	158
4	4	3	4	3	2	2	152
4	4	4	4	4	3	3	162
4	4	4	4	2	3	3	149
4	3	3	3	3	2	2	145
4	4	4	4	4	4	4	165
4	3	3	3	3	3	3	163
4	4	3	3	3	2	3	149
4	4	3	3	4	4	4	162
4	4	4	4	4	2	4	170
4	3	3	3	2	3	2	133
4	3	3	3	2	2	2	144
4	3	3	4	2	3	3	166
4	4	4	4	3	3	3	165
4	4	3	3	2	3	3	137
4	4	4	4	4	3	2	145
4	4	4	3	3	2	2	157
4	4	4	4	3	3	4	158
4	4	4	3	3	2	2	148
4	4	4	4	2	1	2	144
4	4	3	2	2	4	4	152
4	4	4	4	3	3	3	173
3	4	4	3	4	3	3	171
4	4	3	3	2	3	2	142
4	4	4	2	3	2	1	139
3	3	3	3	2	3	3	131
4	4	3	2	3	2	3	140
4	4	4	4	4	4	4	181
4	4	3	3	3	3	1	144
3	4	3	4	3	3	3	147
4	4	4	4	4	4	4	179
4	4	4	4	3	3	3	163
4	4	3	4	3	2	3	164
4	4	4	4	3	3	3	147
3	4	3	3	2	4	4	166
4	4	3	3	2	3	3	158

UNIVERSITAS MEDAN AREA



The image features a large, light blue watermark of the Universitas Medan Area logo in the background. The logo is circular and contains the text 'UNIVERSITAS' at the top and 'MEDAN AREA' at the bottom. In the center, there is a stylized emblem with the letters 'U', 'M', and 'A' stacked vertically, above an open book and a tiered structure.

**LAMPIRAN B**

**Uji Validitas & Reliabilitas Skala Regulasi Emosi**

## Reliability

### Scale: Regulasi Emosi

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	93	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	93	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

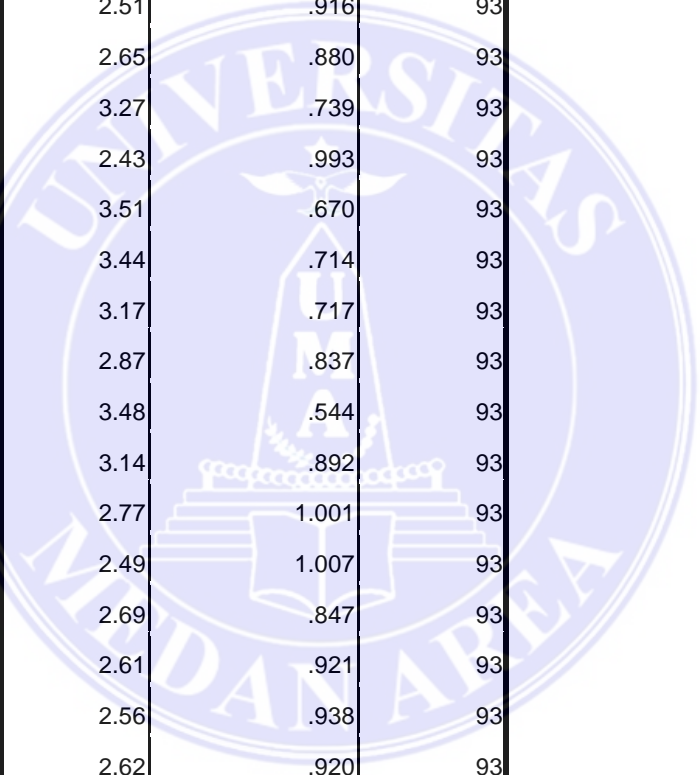
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.927	.927	56

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.67	.474	93
VAR00002	2.85	1.010	93
VAR00003	3.03	.800	93
VAR00004	3.20	.879	93
VAR00005	3.48	.653	93
VAR00006	3.44	.616	93
VAR00007	2.86	.855	93
VAR00008	2.87	.837	93
VAR00009	2.66	.891	93
VAR00010	2.72	.826	93
VAR00011	3.23	.709	93
VAR00012	2.73	.922	93





VAR00013	3.44	.634	93
VAR00014	3.55	.542	93
VAR00015	3.05	.889	93
VAR00016	3.17	.789	93
VAR00017	3.44	.683	93
VAR00018	3.27	.809	93
VAR00019	2.71	.892	93
VAR00020	2.44	.983	93
VAR00021	2.51	.916	93
VAR00022	2.65	.880	93
VAR00023	3.27	.739	93
VAR00024	2.43	.993	93
VAR00025	3.51	.670	93
VAR00026	3.44	.714	93
VAR00027	3.17	.717	93
VAR00028	2.87	.837	93
VAR00029	3.48	.544	93
VAR00030	3.14	.892	93
VAR00031	2.77	1.001	93
VAR00032	2.49	1.007	93
VAR00033	2.69	.847	93
VAR00034	2.61	.921	93
VAR00035	2.56	.938	93
VAR00036	2.62	.920	93
VAR00037	3.32	.768	93
VAR00038	3.51	.686	93
VAR00039	3.32	.645	93
VAR00040	3.17	.868	93
VAR00041	3.39	.781	93
VAR00042	3.28	.743	93
VAR00043	2.71	.904	93
VAR00044	2.85	.833	93
VAR00045	2.57	.890	93

VAR00046	2.74	.988	93
VAR00047	2.99	.801	93
VAR00048	2.70	.918	93
VAR00049	3.52	.701	93
VAR00050	3.59	.711	93
VAR00051	3.22	.705	93
VAR00052	3.23	.724	93
VAR00053	2.71	.867	93
VAR00054	2.70	.870	93
VAR00055	2.82	.908	93
VAR00056	2.77	.809	93

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.020	2.430	3.667	1.237	1.509	.128	56
Item Variances	.671	.225	1.021	.796	4.543	.039	56

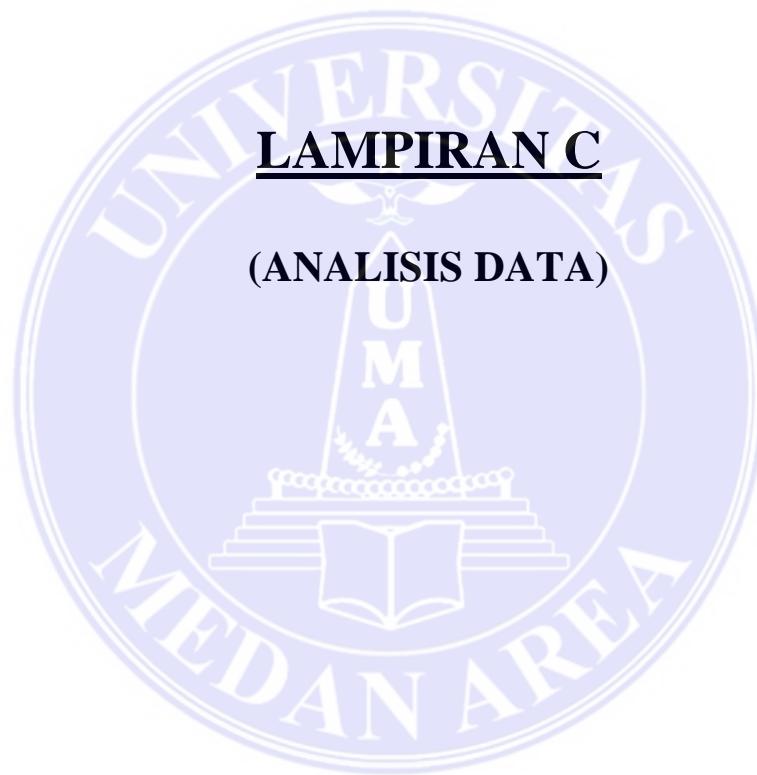
## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	165.46	414.817	.272	.927
VAR00002	166.28	393.225	.650	.924
VAR00003	166.10	403.436	.504	.925
VAR00004	165.92	405.418	.398	.926
VAR00005	165.65	413.688	.232	.927
VAR00006	165.69	410.369	.382	.926
VAR00007	166.27	402.764	.490	.925
VAR00008	166.26	409.585	.295	.927
VAR00009	166.47	405.448	.392	.926
VAR00010	166.41	406.309	.399	.926
VAR00011	165.90	415.936	.133	.928
VAR00012	166.40	403.590	.428	.926
VAR00013	165.69	405.934	.547	.925
VAR00014	165.58	412.833	.325	.926
VAR00015	166.08	400.679	.529	.925
VAR00016	165.96	407.433	.384	.926
VAR00017	165.69	411.065	.316	.927
VAR00018	165.86	404.513	.464	.926
VAR00019	166.42	408.529	.304	.927
VAR00020	166.69	402.282	.432	.926
VAR00021	166.62	404.389	.409	.926
VAR00022	166.48	410.513	.252	.927
VAR00023	165.86	420.556	-.027	.929
VAR00024	166.70	401.517	.447	.926
VAR00025	165.62	409.498	.382	.926
VAR00026	165.69	408.478	.391	.926
VAR00027	165.96	405.455	.496	.925
VAR00028	166.26	405.672	.413	.926
VAR00029	165.65	416.688	.149	.927
VAR00030	165.99	407.380	.336	.927

VAR00031	166.35	397.318	.550	.925
VAR00032	166.63	398.474	.518	.925
VAR00033	166.44	403.814	.463	.926
VAR00034	166.52	405.057	.388	.926
VAR00035	166.57	396.030	.626	.924
VAR00036	166.51	402.122	.470	.925
VAR00037	165.81	404.353	.497	.925
VAR00038	165.62	409.476	.373	.926
VAR00039	165.81	406.788	.503	.925
VAR00040	165.96	403.672	.455	.926
VAR00041	165.74	403.737	.508	.925
VAR00042	165.85	405.716	.469	.926
VAR00043	166.42	400.116	.535	.925
VAR00044	166.28	405.008	.435	.926
VAR00045	166.56	399.880	.551	.925
VAR00046	166.39	407.696	.291	.927
VAR00047	166.14	406.795	.398	.926
VAR00048	166.43	404.726	.398	.926
VAR00049	165.61	402.935	.599	.925
VAR00050	165.54	406.121	.477	.926
VAR00051	165.91	403.253	.584	.925
VAR00052	165.90	406.501	.454	.926
VAR00053	166.42	401.094	.531	.925
VAR00054	166.43	405.704	.395	.926
VAR00055	166.31	408.260	.305	.927
VAR00056	166.35	410.471	.279	.927

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
169.13	420.288	20.501	56



**LAMPIRAN C**

**(ANALISIS DATA)**



## **UJI NORMALITAS**

## Explore

### ASALSUKU

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
REGULASIEMOSI	BATAK	45	100.0%	0	.0%	45	100.0%
	JAWA	48	100.0%	0	.0%	48	100.0%



## Descriptives

ASALSUKU			Statistic	Std. Error
REGULASIEMOSI	BATAK	Mean	107.62	1.500
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	104.60	
		Upper Bound	110.65	
		5% Trimmed Mean	107.76	
		Median	108.00	
		Variance	101.240	
		Std. Deviation	10.062	
		Minimum	83	
		Maximum	130	
		Range	47	
		Interquartile Range	14	
		Skewness	.395	.354
		Kurtosis	-.161	.695
JAWA		Mean	154.67	1.830
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	150.99	
		Upper Bound	158.35	
		5% Trimmed Mean	154.46	
		Median	152.00	
		Variance	160.695	
		Std. Deviation	12.677	
		Minimum	131	
		Maximum	181	
		Range	50	
		Interquartile Range	20	
		Skewness	.294	.343
		Kurtosis	-.661	.674



### Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
REGULASI EMOSI	BATAK	.069	45	.200 <sup>*</sup>	.988	45	.345
	JAWA	.104	48	.200 <sup>*</sup>	.972	48	.294

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

## REGULASI EMOSI

### Stem-and-Leaf Plots

REGULASIEMOSI Stem-and-Leaf Plot for  
ASALSUKU= BATAK

Frequency	Stem &	Leaf
1.00	8 .	3
1.00	8 .	9
3.00	9 .	024
2.00	9 .	69
11.00	10 .	00011222234
7.00	10 .	6666899
7.00	11 .	0012234
7.00	11 .	5557789
5.00	12 .	00014
.00	12 .	
1.00	13 .	0

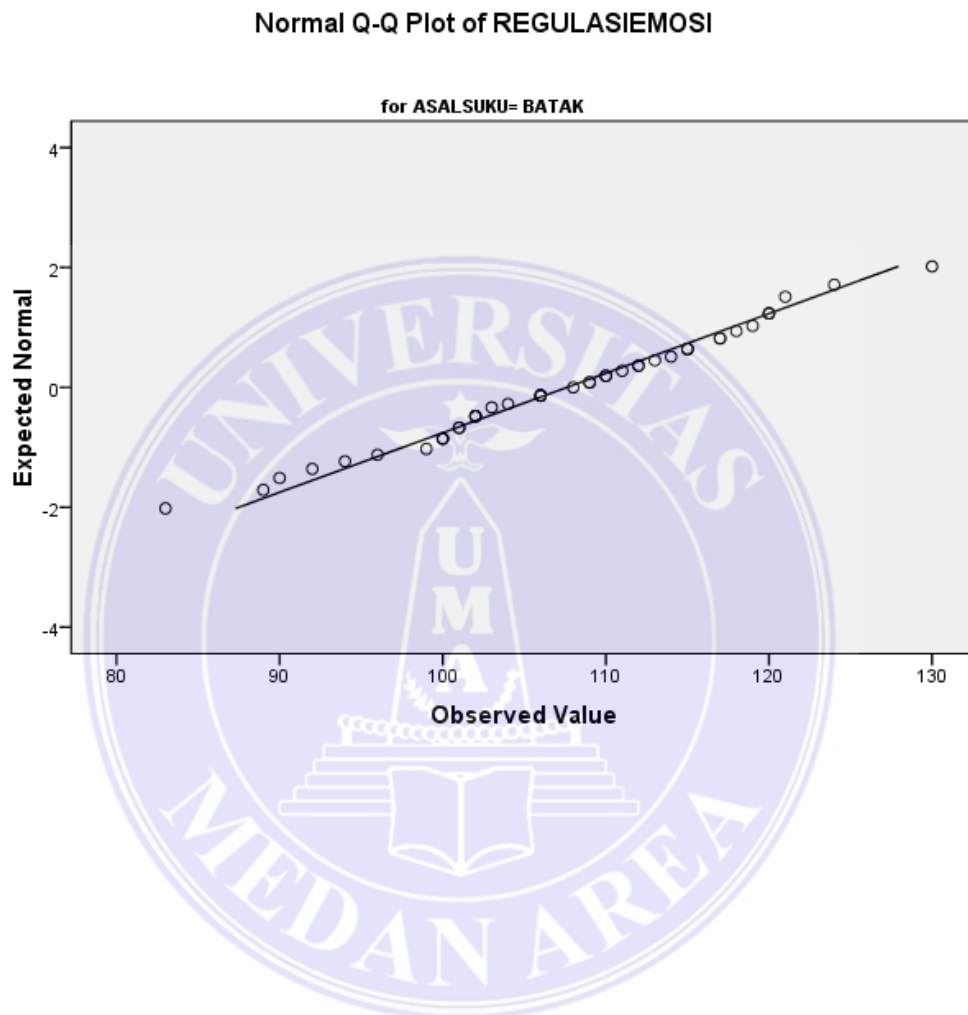
Stem width: 10  
Each leaf: 1 case(s)

REGULASIEMOSI Stem-and-Leaf Plot for  
ASALSUKU= JAWA

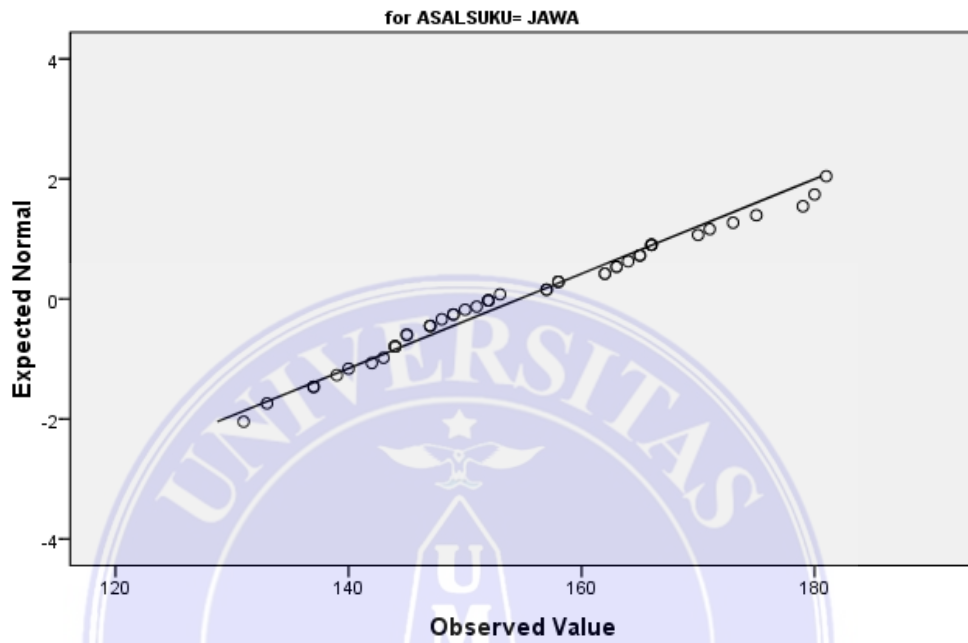
Frequency	Stem &	Leaf
2.00	13 .	13
3.00	13 .	779
7.00	14 .	0234444
8.00	14 .	55777899
6.00	15 .	012223
5.00	15 .	77888
5.00	16 .	22334
5.00	16 .	55666
3.00	17 .	013
2.00	17 .	59
2.00	18 .	01

Stem width: 10  
Each leaf: 1 case(s)

## Normal Q-Q Plots

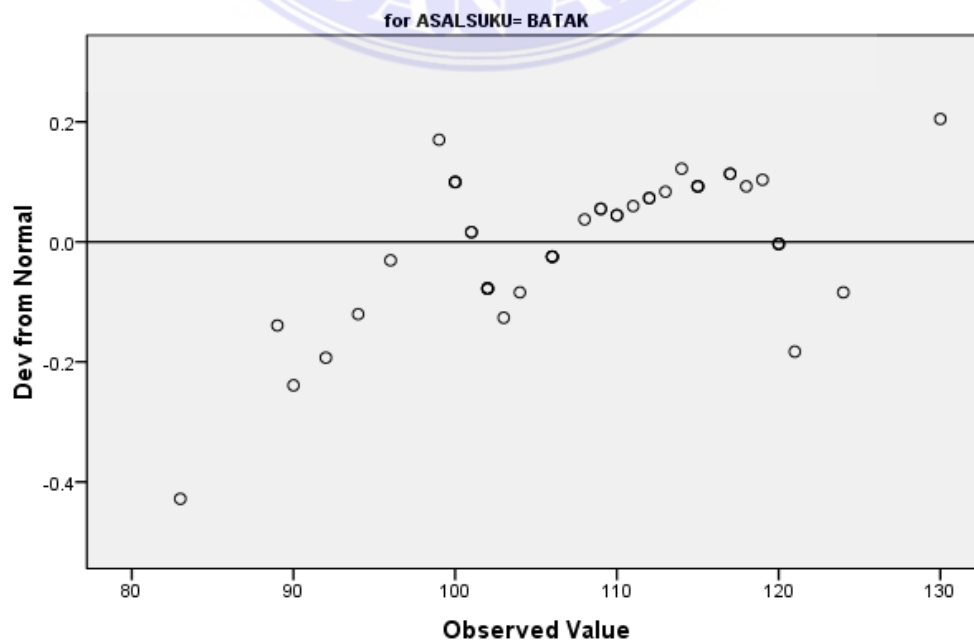


Normal Q-Q Plot of REGULASIE MOSI

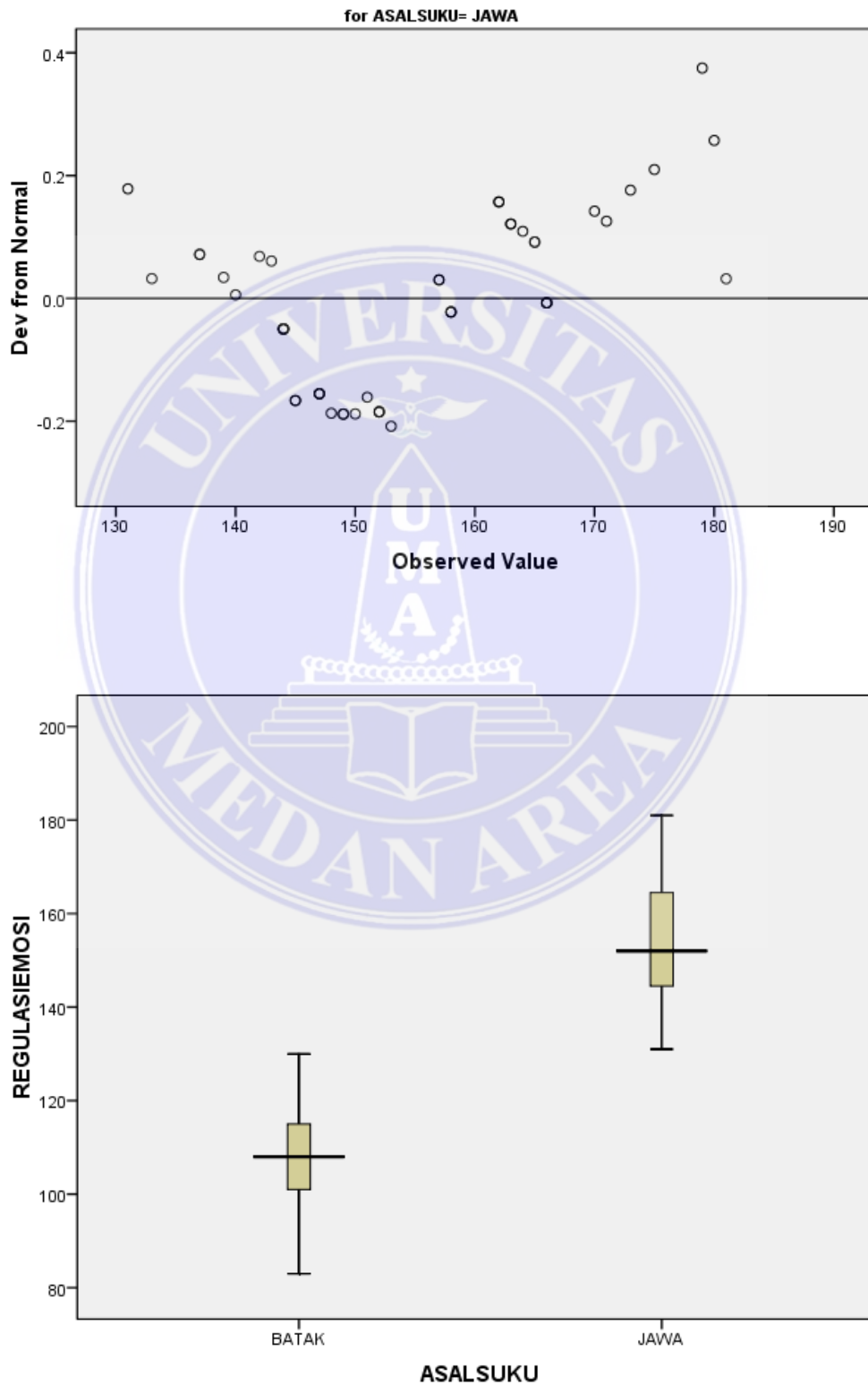


Detrended Normal Q-Q Plots

Detrended Normal Q-Q Plot of REGULASIE MOSI



Detrended Normal Q-Q Plot of REGULASIEMOSI





**UJI HOMOGENITAS**

## Oneway

### Test of Homogeneity of Variances

REGULASI EMOSI

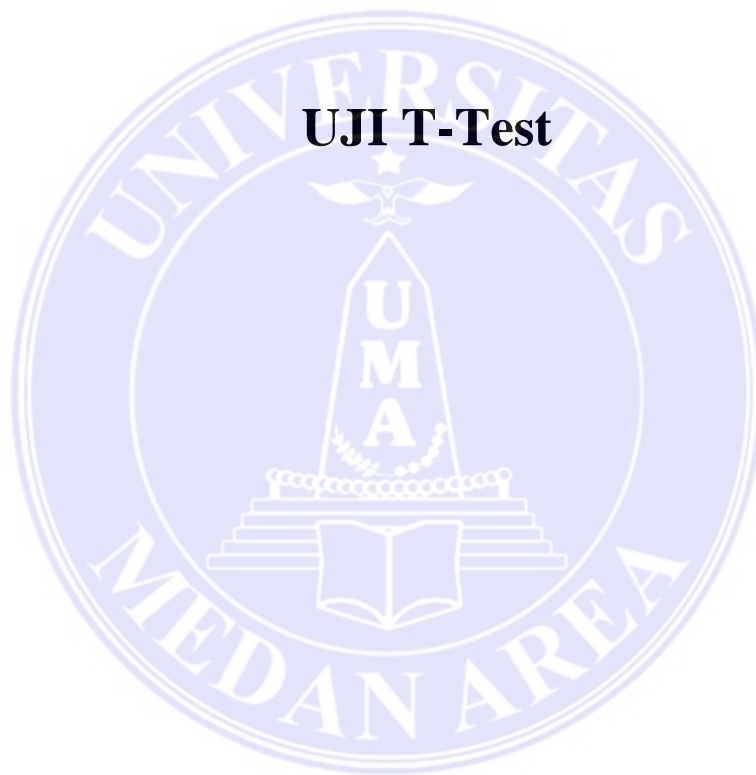
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.703	1	91	.404

### ANOVA

REGULASI EMOSI

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	18615.925	1	18615.925	116.103	.000
Within Groups	14590.978	91	160.340		
Total	33206.903	92			

**UJI T-Test**



## T-Test

**Group Statistics**

	ASALSUKU	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
REGULASI EMOSI	BATAK	45	107.62	10.062	1.500
	JAWA	48	154.67	12.677	1.830

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
REGULASI EMOSI	Equal variances assumed	.703	.404	-19.738	91	.000	-47.044	2.384	-51.779	42.310
	Equal variances not assumed			-19.884	88.637	.000	-47.044	2.366	-51.746	42.343





**LAMPIRAN D**

**(ALAT UKUR PENELITIAN)**

**Skala Regulasi Emosi**

INSTRUMEN TEST MAHASISWA FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA



**IDENTITAS DIRI**

Nama (Inisial) :  
Usia :  
Kelas :  
Suku Bangsa :  
Suku :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan, pilihlah jawaban dengan memberikan tanda ceklis ( ✓ ) pada salah satu jawaban disebelah kanan. Tidak ada jawaban yang **BENAR** atau **SALAH**. Karena itu pilihlah sesuai dengan pendapat Anda sendiri. Bacalah terlebih dahulu dan jawablah semua tanpa menysakan satupun.

Adapun alternatif pilihan jawaban adalah :

SS : Apabila pernyataan **Sangat Sesuai** dengan diri anda.  
S : Apabila pernyataan **Sesuai** dengan diri anda.  
TS : Apabila pernyataan **Tidak Sesuai** dengan diri anda.  
STS : Apabila pernyataan **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri anda.

**Contoh Pengisian Jawaban :**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menyadari dan memahami mengenai diri saya sendiri.			✓	

.....SELAMAT MENGERJAKAN....

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Bagi saya setiap permasalahan harus dicari jalan keluarnya				
2.	Saya berpikir jernih saat sedang marah				
3.	Saya menyembunyikan kemarahan saya dari orang lain				
4.	Saya tidak malu untuk menangis saat saya merasa sedih				
5.	Apapun permasalahan akan saya hadapi				
6.	Saya akan menenangkan diri terlebih dahulu ketika saya sedang merasakan kesal kepada teman saya				
7.	Saat ada masalah saya sulit mencari jalan keluar				
8.	Saya selalu berprasangka buruk saat sedang marah				
9.	Saya tidak mampu menyembunyikan kemarahan saya dari orang lain				
10.	Saya marah ketika tidak mampu menyelesaikan suatu masalah				
11.	Jika ada masalah yang terjadi saya akan meninggalkannya				
12.	Saya lebih baik melampiaskan amarah saya daripada saya menahan diri				
13.	Saya akan melakukan aktivitas tertentu untuk mengatasi masalah.				
14.	Saya memikirkan pengalaman yang menyenangkan				
15.	Saya akan mengontrol suara saya agar tidak meninggi ketika sedang marah				
16.	Saat melakukan kesalahan, saya tidak malu mengakuinya				
17.	Saya akan melakukan hal yang terbaik dalam menghadapi permasalahan				
18.	Saya tidak mudah dendam dengan orang lain walaupun telah menyakiti perasaan saya				
19.	Saya tidak yakin bahwa saya mampu menyelesaikan masalah yang sedang saya hadapi				

20.	Bagi saya sulit untuk berkonsentrasi ketika sedang menghadapi masalah				
21.	Saat saya marah, suara saya menjadi tinggi				
22.	Saya akan menyembunyikan kesedihan saya dari orang lain karena saya malu bila diketahui orang lain				
23.	Saya tidak akan bertanggung jawab jika terjadi kesalahan				
24.	Saya menjadi panik saat sedang cemas				
25.	Saat berada dalam masalah, saya tidak akan mudah merasa putus asa				
26.	Saya akan memikirkan hal-hal yang baik saat sedang dalam masalah				
27.	Saya tetap tenang, meskipun apa yang terjadi tidak sesuai dengan keinginan saya				
28.	Sikap ketersinggungan yang ada pada diri saya membuat saya menghindari orang lain				
29.	Saya menggunakan cara tersendiri untuk mengurangi kemarahan saya				
30.	Kesedihan yang saya rasakan dapat hilang dalam waktu yang singkat				
31.	Saya panik bila menghadapi masalah yang rumit				
32.	Saya menyimpan kesedihan saya sendiri				
33.	Saya menjadi panik saat menghadapi suatu masalah				
34.	Saya tidak akan pergi jika merasa tersinggung dengan orang lain				
35.	Saya akan marah kepada orang yang tidak menepati janji tanpa memberitahu saya terlebih dahulu				
36.	Ketika sedang sedih, saya memerlukan waktu yang cukup lama untuk menenangkan diri kembali				
37.	Bila saya sedih, saya dapat segera mungkin menyelesaikannya hingga tidak berlarut-larut				
38.	Saya dapat mengambil hikmah dibalik masalah yang saya hadapi				

39.	Saya dapat menyembunyikan ekspresi kekesalan saya dari orang lain				
40.	Saya terkadang memukul benda-benda lain apabila sedang marah				
41.	Saya akan langsung memaafkan teman saya tanpa harus dia yang meminta maaf terlebih dahulu				
42.	Saya akan mengalihkankan perhatian saya jika emosi saya sedang tidak baik				
43.	Saya merasa sulit mengendalikan kemarahan saya				
44.	Masalah yang saya hadapi selalu membuat sakit kepala				
45.	Saya suka cemberut ketika kesal pada orang lain				
46.	Saya akan bercerita pada ibu saya jika sedang marah dengan orang lain				
47.	Saya sulit memaafkan kesalahan orang lain				
48.	Saya merasa sedih tidak ada yang bisa saya lakukan untuk membuat saya merasa lebih baik				
49.	Saya tidak terlalu cemas saat menghadapi suatu masalah karena saya yakin dapat mengatasinya				
50.	Saya selalu berpikir positif bahwa setiap masalah pasti ada jalannya				
51.	Meskipun sedang marah, saya dapat mengendalikan emosi saya				
52.	Saya bersedia dikritik karena emosi yang saya munculkan				
53.	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk mengurangi kecemasan yang saya rasakan				
54.	Kegagalan atau kehilangan dapat membuat saya bersedih dalam waktu yang cukup lama				
55.	Saya suka berteriak ketika sedang marah				
56.	Saya tidak senang orang lain mengkritik saya saat saya sedang marah				

\*\*\*PERIKSA KEMBALI JAWABAN ANDA, JANGAN SAMPAI ADA YANG TERLEWATKAN\*\*\*

**TERIMA KASIH**



**LAMPIRAN E**

**(Surat Keterangan Bukti Penelitian)**



## UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I: Jl. Kolam No. 1 Medan Estate, Telp. (061)7366878, 7360168, 7364848, 7366781. Fax. (061)7366998  
Kampus II: Jl. Sei Serayu No. 70 A / Jl. Setia Budi No. 70 B Telp. (061) 8201994, Fax. (061)8226331  
Email : [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id) Website: [uma.ac.id](http://uma.ac.id)

Nomor : 1517 /FPSI/01.11/XII/2016  
Lampiran : -  
Hal : **Survey Untuk Pra Penelitian**

Medan 07 Desember 2016

**Yth, Kepala Sekolah SMA Dwi Tunggal  
Jl. Medan Kec. Tanjung Morawa  
Di –  
Tempat**

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa tersebut dibawah ini :


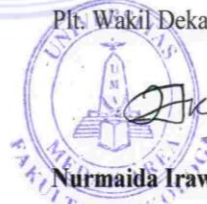
Nama	: Mudrikah
Npm	: 13 860 0267
Program Studi	: Ilmu Psikologi
Fakultas	: Psikologi

Untuk melaksanakan Survey Pra Penelitian di *SMA Dwi Tunggal, Jl. Medan Kec. Tanjung Morawa*, guna penyusunan skripsi dengan judul: *Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja Ditinjau dari Suku Batak Mandailing dan Suku Jawa.*"

Perlu kami informasikan bahwa Survei Pra Penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Plt. Wakil Dekan Bidang Akademik,

  
  
**Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi. M.Si**

Tembusan :  
- Mahasiswa Ybs



# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223  
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122  
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 062 /FPSI/01.10/VII/2017  
 Lampiran : -  
 Hal : Pengambilan Data

Medan, 31 Juli 2017

Yth, Kepala Sekolah SMA Swasta Dwitunggal  
 Jl. Medan - Tanjung Morawa Km. 14,5  
 Di  
 Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:


Nama : Mudrikah  
 NPM : 13 860 0267  
 Program Studi : Ilmu Psikologi  
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di SMA Swasta Dwitunggal Jl. Medan - Tanjung Morawa Km. 14,5 guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Regulasi Emosi Ditinjau Dari Suku Batak Toba Dan Suku Jawa*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

  
 Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd

Tembusan  
 - Mahasiswa Ybs  
 - Arsip







**PERGURUAN DWITUNGGAL TANJUNG MORAWA  
SMA SWASTA DWITUNGGAL**

NO.SK.KAKANWIL DEPDIKNAS : 810/1 05/KEP/1997

NDS : G.01194005

NIS : 300670

NSS : 30.4.01.15.50.087

AKREDITASI : TERAKREDITASI No.Ma 007591  
Nilai B

**Alamat : Jalan Medan-Tanjung Morawa Km 14,5 Tel. (061) 7945530**

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 4176/105.2 / SMA – DT/ PP/ 2017

Kepala SMA Swasta Dwitunggal Tanjung Morawa dengan ini menerangkan :

Nama : Mudrikah  
NPM : 13.860.0267  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Benar nama tersebut di atas telah selesai melaksanakan pengambilan data di SMA Swasta Dwitunggal Tanjung Morawa guna Penelitian Skripsi dengan Judul *“Regulasi Emosi Ditinjau Dari Suku Batak Toba Dan Suku Jawa”*, Mulai Tanggal 31 Juli 2017 s/d 14 Agustus 2017.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Tanjung Morawa, 15 Agustus 2017

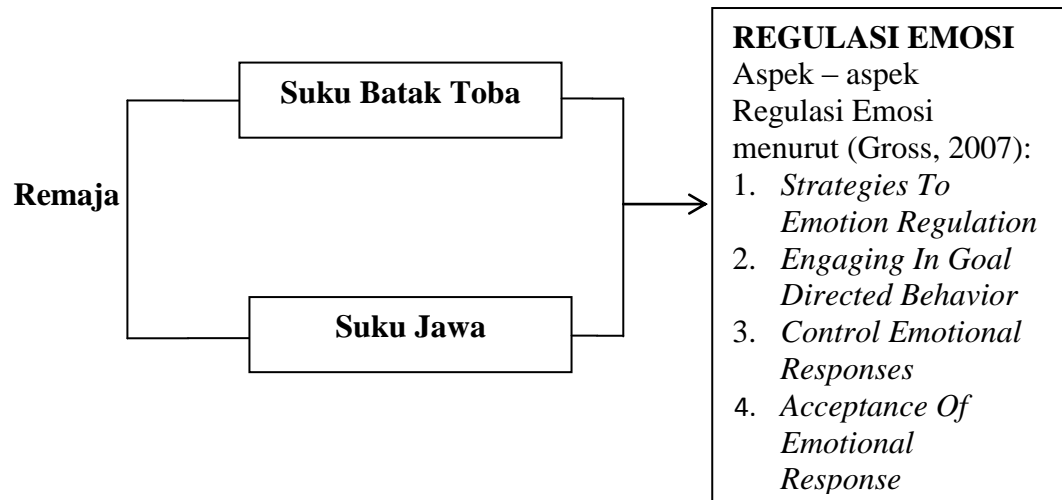
Kepala SMA Swasta Dwitunggal



**IRISULAWATI S.Pd.MM**

peneliti ingin melakukan penelitian untuk membuktikan bahwa adanya perbedaan regulasi emosi pada remaja ditinjau dari faktor budaya.

### E. KERANGKA KONSEPTUAL



### F. HIPOTESIS

Berdasarkan kajian teoritis di atas maka hipotesis penelitiannya adalah bahwa ada Perbedaan Regulasi Emosi Remaja ditinjau dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa di SMA Swasta Dwitunggal, dengan asumsi Siswa/i yang Bersuku Jawa memiliki Regulasi Emosi yang lebih tinggi dibanding Siswa/i yang Bersuku Batak Toba.